FRANÇAIS

MANUEL D'INSTRUCTIONS

TRAMPOLINE DE 2m/2.44m/3m/3.60m/4.30m

LISEZ TOUT D'ABORD CE MANUEL !!!

A lire attentivement et à conserver pour consultation ultérieure

Nous vous félicitons d'avoir acheté ce trampoline.
Nous sommes sûrs que vous serez satisfait de ce produit.

Afin de garantir un fonctionnement optimal de ce produit, veuillez suivre les instructions ci-dessous:

- Avant d'utiliser ce produit, veuillez lire attentivement ce manuel d'instructions.
- Le produit est équipé de systèmes de sécurité. Néanmoins, veuillez lire les consignes de sécurité suivantes et utiliser le produit tel que décrit dans ce manuel pour éviter les blessures et les risques.
- Ce manuel fait partie du produit, veuillez conserver ce manuel pour toute future référence.
- Si vous donnez ce produit à une autre personne, vous devez également lui donner ce manuel d'utilisation.

1. Assurez-vous que le trampoline soit bien positionné sur une surface horizontale. Une astuce simple pour vérifier cela : poser un ressort sur la croix de centrage du tapis de saut et ajuster le niveau du trampoline jusqu'à ce que le ressort ne roule plus et reste bien au centre du tapis.

2. Conçu pour l'extérieur et non pour l'intérieur, le trampoline doit être installé et utilisé sur des surfaces herbées ou des surfaces souples comme le sable. Si vous déplacez votre trampoline, il faut être de 2 à 4 personnes suivant la taille. Le soulever au niveau du cadre et vérifier en le repositionnant que les pieds et les jambes du trampoline soient bien en place.
ATTENTION : L'utilisation sur une surface dure est interdite.

3. Quelque soit le lieu d'installation du trampoline, l'utilisation d'une cage de protection entourant le trampoline est nécessaire. Le filet de la cage de protection est là pour parer à un déplacement latéral et ne doit, en aucun cas servir de « mur d'escalade ».

4. Placez votre trampoline dans un espace bien éclairé.
Assurez-vous d'un dégagement vertical de **7m pour tout usage.**

5. Maintenez l'espace autour et en dessous du trampoline constamment dégagé, sans aucun objet quelconque à proximité.

6. L'utilisation des coussins de protection est obligatoire. Vérifiez que ceux-ci soient bien fixés au cadre et aussi que tous les ressorts placés soient bien positionnés avec le crochet de la boucle pointé vers le bas.

7. Inspectez le trampoline avant chaque utilisation et remplacez toute pièce
cassée, défectueuse ou manquante par une pièce d'origine. Nous vous invitons à bien faire ces vérification notamment en début de saison, et à vérifier de le bon serrage de l'ensemble des écrous.

8. Assurez-vous que le tapis soit propre et sec pour éviter les risques de glissement.

9. Le trampoline ne peut être utilisé par vent fort. En cas d'avis de tempête, nous vous conseillons d'enlever la cage de protection ainsi que les coussins de protection pour éviter toute prise au vent qui abîmerait le trampoline.

10. Lorsque le trampoline n'est pas utilisé, veillez à éviter que les jeunes enfants puissent y accéder en enlevant l'échelle par exemple.

11.Vous devez enlever, coussin de protection, filet et mousse lorsqu'il neige.

12. Enlevez la neige accumulée sur le tapis de saut afin que ressorts et tapis ne soient pas endommagés par le poids de la neige.

13. Nettoyez le trampoline avec de l'eau claire uniquement. N'utilisez pas de savon ni de produit nettoyant abrasif.

FRANÇAIS

INDEX

1. ..... DONNÉES TECHNIQUES 3

2. ..... ⚠ INSTRUCTIONS GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ 4

2.1. ..... USAGE 4

2.2. ..... DANGER POUR LES ENFANTS 4

2.3. ..... ATTENTION – RISQUE DE BLESSURES 4

2.4. ..... ATTENTION – PRÉCAUTIONS CONTRE LES DOMMAGES 4

2.5. ..... CONSEILS POUR L'ASSEMBLAGE 5

3. ..... ⚠ INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ 6

3.1. ..... CATÉGORIES D'ACCIDENT 9

3.2. ..... MÉTHODES DE PRÉVENTION DES ACCIDENTS 93

4. ..... LISTE DES PIÈCES & INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE 104

5. ..... ⚠ CONSEILS IMPORTANTS CONCERNANT L'UTILISATION 216

6. ..... GUIDE DES EXERCICES 172

7. ..... ENTRETIEN 194

8. ..... NETTOYAGE 205

9. ..... CONSEILS DE MISE AU REBUT 205

1. DONNÉES TECHNIQUES

Spécifications du produit

Pièce	Elément	2m	2.44m	3.00m	3.60m	4.30m
Coussin de protection	**A**	1	1	1	1	1
Tapis de saut	**B**	1	1	1	1	1
Tube ceinture cadre	**C**	6	6	6	8	8
Ressort	**D**	36	48	60	72	88
Jambe	**E**	0	6	6	8	8
Vis	**F**	6	6	6	8	8
Pied en forme de W	**G**	3	3	3	4	4
Outil	**H**	1	1	1	1	1

Poids Utilisateur		55kg	70kg	90kg	100kg	100 kg
Taille		Ø1.98 m / Ht 2.10 m	Ø2.44 m / Ht 2.38 m	Ø3.00 m / Ht 2.38 m	Ø3.65 m / Ht 2.66 m	Ø4.27 m / Ht 2.69 m
Poids net		32kg	38.5kg	49kg	57kg	67kg

⚠ INSTRUCTIONS GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ

1.1. USAGE

- Attention : Réservé à un usage privé. Ce produit est conçu uniquement pour une utilisation domestique et n'est pas destiné à une utilisation commerciale ou médicale. Les trampolines de loisirs ne sont pas des trampolines à usage professionnel et il est interdit d'exécuter des sauts autres que ceux décrits dans le plan de leçon de base.

1.2. DANGER POUR LES ENFANTS

- **ATTENTION ! Ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois.**

- **AVERTISSEMENT ! Les trampolines d'une hauteur de plus de 51 cm (20 pouces) ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de six ans.**

- Les enfants n'ont pas conscience des dangers potentiels que pourrait causer ce produit. Veillez à ce que les enfants restent éloignés de l'appareil. Ce produit doit être rangé dans un lieu hors de portée des enfants et des animaux de compagnie.
- Le trampoline doit être **utilisé** sous la surveillance d'un adulte.
- Ne laissez pas les enfants près de ce produit sans surveillance. Effectuez les réglages appropriés sur le produit par vous-même et supervisez l'activité.
- Soyez conscient que les matériaux d'emballage ne conviennent pas aux enfants.
  Ils peuvent constituer un risque d'étouffement.

1.3. ATTENTION – RISQUE DE BLESSURES

- N'utilisez pas l'appareil s'il est endommagé ou défectueux. Si c'est le cas, veuillez consulter un technicien qualifié ou notre service après-vente.
- Inspectez le trampoline avant chaque utilisation. Les pièces défectueuses doivent être changées immédiatement car elles peuvent compromettre le bon fonctionnement et la sécurité du produit.
- N'autorisez jamais plus d'une personne à la fois sur le trampoline.
- Installez le trampoline uniquement sur une surface horizontale et non glissante. N'installez jamais le trampoline près de l'eau et gardez un espace suffisant de sécurité.
- Méfiez-vous des pièces mobiles dans lesquelles vous pourriez vous coincer un bras ou une jambe. N'introduisez aucun objet dans les ouvertures du produit.

1.4. ATTENTION – PRÉCAUTIONS CONTRE LES DOMMAGES

- Veuillez ne pas modifier le produit. Utilisez uniquement des pièces **originales**. Seuls des techniciens qualifiés doivent effectuer les réparations - toute réparation incorrecte pourrait causer un risque de danger. Utilisez **l'appareil** uniquement de la façon décrite dans ce manuel.
- Protégez le produit contre les éclaboussures, l'humidité, les températures élevées et le soleil.
- Tout défaut de fabrication, annoncé par le revendeur ou le fabricant, doit être réparé immédiatement pour une utilisation ultérieure. L'acheteur et l'utilisateur du trampoline doivent régulièrement vérifier que le produit n'a subi ni usure ni dommage.

1.5. CONSEILS POUR L'ASSEMBLAGE

- L'assemblage du produit doit être soigneusement effectué par **2 ou 3** adultes.
- Avant de commencer l'assemblage, lisez attentivement les instructions et observez les instructions d'assemblage.
- Enlevez tous les matériaux d'emballage et étalez toutes les pièces sur un espace vide. Cela vous donnera une vue d'ensemble et simplifiera la procédure d'assemblage.

- Vérifiez maintenant avec la liste des pièces si aucune pièce ne manque. Jetez les matériaux d'emballage une fois que l'assemblage est terminé.
- Prenez des précautions lors de l'utilisation des outils et lors des travaux techniques car il existe toujours un risque de blessure. Ainsi, assemblez soigneusement le produit.
- Créez un environnement sans danger, par exemple, ne laissez pas les outils s'éparpiller autour de l'espace de travail. Conservez les matériaux d'emballage de manière à ce qu'ils ne causent aucun danger**.** Les sacs en plastique sont dangereux pour les enfants (risque d'étouffement)!
- Après l'installation du produit selon le manuel d'instructions, veuillez vous assurer que toutes les vis, boulons et écrous sont correctement installés et resserrés et que tous les joints sont bien fixés.
- Un espace libre d'au moins 7 m est nécessaire au-dessus du trampoline. Un espace libre approprié doit être maintenu entre le trampoline et toutes les sources possibles de danger, tels que les câbles électriques, les branches d'arbres, les équipements de jeux, les piscines et les clôtures, les murs, les structures, les briques et autres aires de jeux.
- Le trampoline doit être installé correctement avant de l'utiliser.
- N'installez jamais le trampoline lorsqu'il pleut, sous un vent fort ou un orage, surtout s'il y a des éclairs. Il est recommandé de démonter le trampoline et de le ranger lorsque les conditions climatiques sont mauvaises.
- Le support en métal du trampoline est conducteur d'électricité. Les éclairs, les câbles d'alimentation et tous les équipements électriques ne doivent jamais être mis en contact avec le trampoline.
- Le trampoline doit être toujours utilisé dans une zone bien éclairée.
- Aucun objet ne doit être placé sous le trampoline:
- Le trampoline ne doit pas être utilisé à proximité d'autres équipements de jeux ou de constructions.
- Lors de l'assemblage ou du démontage, veuillez utiliser des gants pour protéger vos mains.
- Assurez-vous que le support du matelas est correctement et solidement positionné.

2. ⚠ INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

- Inspectez le trampoline avant chaque utilisation. Remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante.
  A défaut de procéder aux vérifications régulières du trampoline, le jouet pourrait se renverser ou constituer un danger.

- N'utilisez pas le trampoline sans surveillance, indépendamment de l'âge et l'expérience.

- Une seule personne doit utiliser le trampoline à la fois. Les enfants de moins de 6 ans peuvent utiliser le trampoline uniquement sous la surveillance attentive d'un adulte. Plusieurs personnes sautant en même temps sur le trampoline augmentent le risque de perte de contrôle, de collision ou de chute. Cela peut causer des blessures graves !

- Ne tombez pas sur la tête ou sur le cou. Cela pourrait causer une paralysie ou la mort, même en tombant au milieu du trampoline.
- Ne tentez jamais de faire des sauts périlleux afin d'éviter tout risque de retomber sur la tête ou sur le cou.

- Les consignes de sécurité du trampoline doivent toujours être considérées et respectées. L'utilisation du trampoline peut causer des risques de graves blessures, y compris des blessures permanentes telles que la paralysie, voire la mort.

- Même les rebonds sur le trampoline peuvent entraîner des blessures, en particulier sur le dos, le cou ou la tête. Les sauts périlleux doivent être évités. Sous n'importe quelle circonstance, n'autorisez jamais plus d'une personne à la fois sur le trampoline.

- Ni la compagnie ni nos fabricants et fournisseurs ne seront tenus responsables de toute forme de dommages directs, indirects ou spéciaux causés lors de l'utilisation du trampoline ou en relation avec le produit.

- Ceci s'applique également aux pertes financières par le vol, la perte de biens, la perte de revenus / services et profits, la perte de satisfaction dans le produit, les coûts de l'installation, la mise au rebut, les dommages causés par des intempéries et l'environnement ainsi qu'à tout autre type de dommages.

- Tout défaut de fabrication identifiable est annoncé immédiatement par le revendeur ou le fabricant / l'importateur et doit être réparé immédiatement pour une utilisation ultérieure. L'acheteur / l'utilisateur du trampoline doit régulièrement examiner le produit contre toute usure ou dommage.

- Ne portez aucun vêtement comportant des crochets ou d'autres objets susceptibles de s'accrocher sur le trampoline.

- Le trampoline ne doit être installé que sur un sol plat.

- Les vents forts peuvent déplacer le trampoline. Si des vents forts sont prévus, le trampoline doit être déplacé vers un endroit protégé, et démonté, ou fixé au sol avec des cordes et des chevrons. Au moins trois ancrages sont nécessaires. Ne sécurisez pas seulement les pieds du trampoline au sol car ils peuvent être arrachés des cavités du support.

- Essayez d'éviter de déplacer le trampoline une fois assemblé, car il risquerait de se tordre durant le déplacement. S'il est nécessaire de déplacer le trampoline, veuillez considérer ce qui suit :
  1.) Au moins 4 personnes doivent être réparties autour du support pour soulever le trampoline
  2.) Le trampoline doit être porté horizontalement.
  3.) Soyez prudent lors du déplacement parce que le support peut se plier. C'est pourquoi il est nécessaire que 4 personnes soulèvent ensemble le trampoline. .

- Le trampoline est un équipement conçu pour sauter, permettant à l'utilisateur de sauter à des hauteurs inhabituelles ainsi que dans une multiplicité de mouvements du corps. Certains sauts sur le trampoline, une chute sur le support ou un rebond incorrect peuvent entraîner des blessures.

- Tous les utilisateurs doivent lire les recommandations du fabricant pour s'assurer qu'ils utilisent l'appareil correctement.

- Les utilisateurs doivent se familiariser avec le manuel d'assemblage. Ce manuel contient des indications de montage, certaines mesures de précaution ainsi que des recommandations pour l'entretien et le nettoyage du trampoline, afin d'assurer une utilisation sécurisée et plaisante du trampoline.

- Il est de la responsabilité du propriétaire ou du surveillant de garantir que tous les utilisateurs du trampoline sont suffisamment informés de toutes les mentions d'avertissement et consignes de sécurité.

- Utilisez le trampoline uniquement lorsque le tapis de saut est sec

- N'utilisez pas d'échelle ou d'autres moyens d'accès.

- Si une échelle est utilisée, assurez-vous que l'échelle est conçue de telle sorte qu'elle peut être facilement enlevée ou non accessible.

- N'utilisez pas le trampoline si vous êtes sous l'influence d'alcool ou de drogues.

- Ne pas utiliser le trampoline pendant la grossesse.

- Ne pas utiliser le trampoline en cas d'hypertension, de maladies cardiovasculaires.

- Ne pas fumer pendant l'utilisation du trampoline.

- Retirez tous les articles pointus ou tranchants du trampoline et de l'utilisateur lors de l'utilisation.
- Ne pas manger ou boire durant l'utilisation du trampoline.
- Evitez de sauter trop haut et trop longtemps.
- Sautez toujours au centre de la toile.

Sécurité des enfants:

*****Pour éviter tout risque de chute et de strangulation – Sortez par la porte uniquement et prenez les précautions nécessaires. *Aidez vos jeunes enfants à entrer et sortir du filet de sécurité.

Conseils au(x) surveillant(s):

- Suivez toutes les règles de sécurité et familiarisez-vous avec les informations données dans le manuel d'instructions.
- Tous les utilisateurs du trampoline doivent être surveillés, indépendamment de l'âge et de l'expérience .
- Il n'est pas recommandé que des enfants de moins de 6 ans utilisent ce trampoline.
- Le trampoline ne peut être utilisé que si le matelas de saut est propre et sec. Un matelas usé ou endommagé doit être immédiatement remplacé.
- Les objets, qui pourraient être dangereux pour l'utilisateur, doivent être enlevés.
- Évitez toute utilisation non autorisée et non surveillée du trampoline.
- N'utilisez pas le trampoline lorsque vous êtes sous l'influence d'alcool ou de drogues (y compris les médicaments).
- Exercez-vous à pratiquer les sauts de base et les différentes positions du corps avant de tenter des sauts plus difficiles.
- Arrêtez le saut en fléchissant les genoux lorsque vos pieds entrent en contact avec le trampoline. Cette technique doit être pratiquée lorsque vous commencez à apprendre chacun des rebonds de base. Cette technique d'arrêt doit être utilisée à chaque fois que vous perdez l'équilibre ou le contrôle d'un mouvement précédent, ou si vous commencez juste à apprendre à sauter sur un trampoline. Autrement, vous augmentez le risque de vous blesser en chutant sur le support ou sur les ressorts, ou complètement hors du trampoline car vous pourriez perdre le contrôle de votre saut. Un saut est considéré comme contrôlé lorsque vous rebondissez au même endroit d'où vous avez pris votre élan. Si vous perdez contrôle lorsque vous sautez sur le trampoline, pliez brusquement vos genoux lorsque vous retombez et cela vous permettra de reprendre le contrôle et d'arrêter votre rebond.
- Grimpez pour monter sur le trampoline, ne sautez pas directement sur le trampoline. N'utilisez pas le trampoline comme tremplin vers un autre objet.
- Pour plus de renseignements ou pour obtenir un programme d'exercices adapté, consultez un professeur agréé de trampoline.

L'utilisation du trampoline peut, comme tout autre sport actif, provoquer des blessures. Il y a plusieurs façons de réduire les risques de blessures. Les prochains paragraphes expliquent les causes fondamentales des accidents potentiels et des conseils sont donnés quant à la responsabilité des surveillants et les moyens d'éviter les accidents pour les utilisateurs.

2.1. CATÉGORIES D'ACCIDENTS

Sauts périlleux : Une chute sur la tête ou sur le cou, même si cela se produit au centre du trampoline, augmente le risque de blessures au cou et au dos, ce qui peut conduire à une paralysie, voire la mort. Cela peut se produire si l'utilisateur fait une erreur et tombe en avant ou en arrière. Aucun saut périlleux ne doit être tenté sur le trampoline!

Le risque de blessure augmente si plusieurs personnes sautent sur le trampoline en même temps car ils pourront plus facilement perdre le contrôle de leur saut. Les utilisateurs peuvent entrer en collision, tomber du trampoline, chuter de manière incorrecte sur le matelas ou tomber les uns sur les autres. Dans ce cas, les plus petits utilisateurs seront plus facilement blessés.

Monter et descendre du trampoline : Le matelas du trampoline est placé à environ un mètre au-dessus du sol. Sauter du trampoline sur le sol ou sur une autre surface peut conduire à une blessure. Sauter sur le trampoline à partir d'un toit de bâtiment, d'une terrasse ou d'un autre objet peut entraîner des blessures. Les enfants ont besoin d'aide pour monter et descendre du trampoline. Soyez prudent lorsque vous grimpez et descendez du trampoline. Ne marchez pas sur le rembourrage ou sur le support. N'utilisez pas le support pour grimper ou descendre du trampoline.

Heurter le Support ou les Ressorts : Lorsque vous sautez sur le trampoline, RESTEZ au milieu du matelas. Cela réduira le risque de vous blesser en tombant sur le support ou sur les ressorts. Gardez toujours la protection du support recouvrant le support du trampoline. NE sautez PAS directement sur la protection du support car elle n'est pas conçue pour supporter le poids d'une personne.

Perte de contrôle : Lorsqu'un utilisateur perd le contrôle de son saut, il peut atterrir de manière incorrecte sur le matelas, sur le support ou sur le rembourrage ou même tomber hors du trampoline. Un saut contrôlé est lorsque vous retombez au même point d'où vous vous êtes élancé. Avant de tenter un saut plus difficile, le saut de base doit être contrôlé parfaitement et de façon continue. Si un saut est tenté dépassant les capacités de l'utilisateur, il y a un danger de perte de contrôle. Afin de reprendre le contrôle du saut et atterrir correctement, les genoux doivent être complètement pliés au moment de l'atterrissage.

Sous l'influence de drogues ou d'alcool : Le risque de blessure augmente si vous êtes sous l'influence d'alcool ou de drogues. Ces substances réduisent le temps de réaction, déforment les facultés de jugement, diminuent la sensibilisation à l'espace, la coordination et la motricité de l'utilisateur concerné.

Collision avec des objets : N'utilisez PAS le trampoline s'il y a des animaux domestiques, d'autres personnes ou tout objet sous le trampoline. Cela pourrait causer un risque de blessure. Ne sautez pas en portant un objet, surtout s'il est coupant ou fragile et ne placez pas le trampoline trop près de fils électriques, de branches d'arbres ou tout autre obstacle qui augmenterait le risque de blessure.

Mauvais entretien du trampoline : Les utilisateurs peuvent se blesser si le trampoline est en mauvais état. Un matelas déchiré, un support plié ou une couverture de protection manquante doit être remplacé avant d'utiliser le trampoline à nouveau. Le trampoline doit être inspecté avant chaque utilisation.

Conditions climatiques : Un matelas de saut humide est trop glissant pour sauter en toute sécurité. Les rafales ou les vents violents peuvent entrainer une perte de contrôle du saut. Afin de réduire le risque d'un dommage, le trampoline doit être utilisé sous des conditions météorologiques favorables seulement.

2.2. MÉTHODES DE PRÉVENTION DES ACCIDENTS

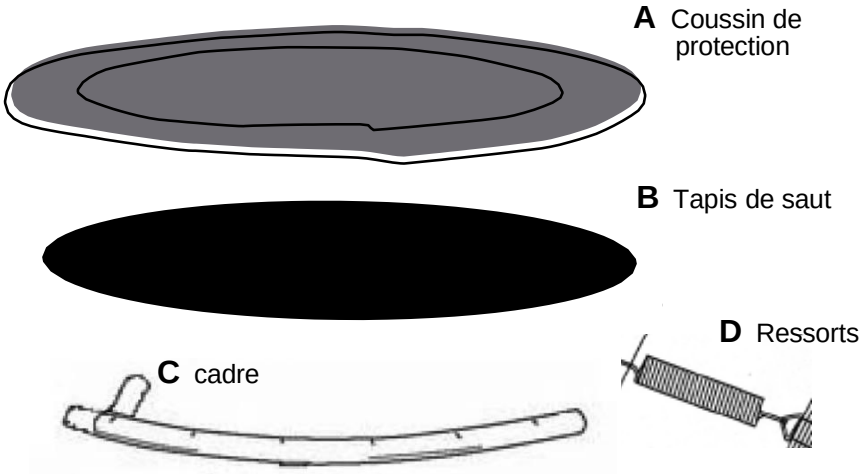
Rôle de l'utilisateur pour la prévention d'accidents:
Une connaissance de base du trampoline par l'utilisateur est nécessaire afin d'assurer sa sécurité. Tous les utilisateurs du trampoline doivent apprendre en premier la façon d'accomplir un saut contrôlé ainsi que les positions et mouvements fondamentaux, avant de passer à des exercices de saut plus difficiles. Les utilisateurs doivent savoir pourquoi ils doivent contrôler leur saut, avant qu'ils ne puissent exercer d'autres mouvements. Un saut contrôlé est lorsque vous retombez au même point d'où vous vous êtes élancé. La

première leçon est la compréhension de l'ordre correct dans le développement des compétences de saut sur un trampoline. Pour plus de renseignements ou pour obtenir un programme d'exercices adapté, consultez un professeur agréé de trampoline.

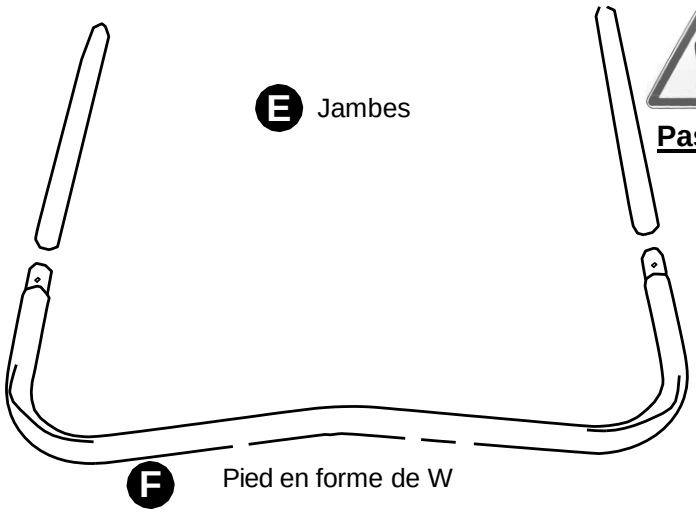
Rôle du surveillant pour la prévention d'accidents:
Le surveillant est responsable de fournir les conseils et les informations nécessaires à tous les utilisateurs du trampoline. Les règles et les avertissements fournis dans ce manuel doivent être appliqués, et connus par les utilisateurs du trampoline afin de réduire le risque d'accidents et de blessures. Lorsque la surveillance n'est pas possible ou insuffisante, le trampoline doit être démonté et entreposé dans un endroit protégé contre toute utilisation non autorisée.

3. LISTE DES PIÈCES ET INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

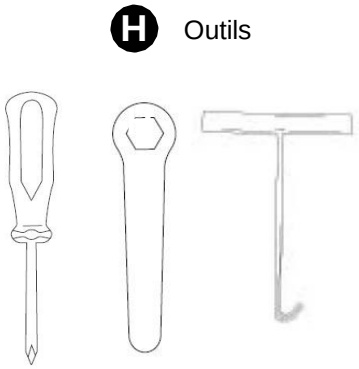
PIÈCES	Elément
Coussin de protection	A
Tapis de saut	B
Cadre	C
Ressorts	D
Jambes	E
Pied en forme de W	F
Vis	G
Outils	H



Vis



Pas de jambes en 2m

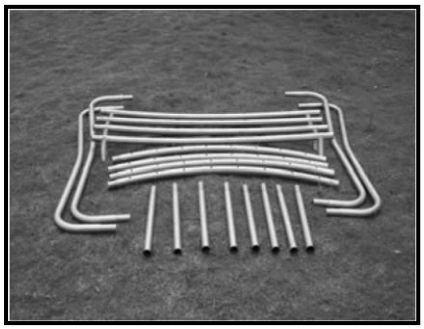


ASSEMBLAGE DU SUPPORT

Reportez-vous à la LISTE DES PIÈCES pour identifier les pièces.

AVERTISSEMENT:

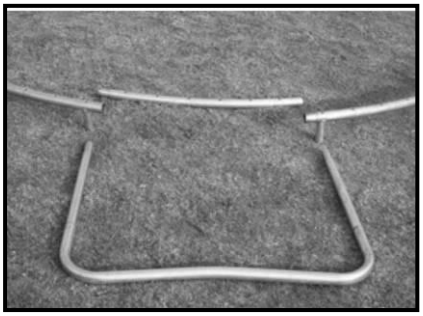
La présence de 3 adultes en bonne condition physique est nécessaire pour le montage suivant. Portez des chaussures appropriées et maintenez votre équilibre pour éviter toute chute. Nous vous recommandons d'utiliser des gants pour éviter tous risques de pincements ou de coupures. Ne pas suivre exactement toutes les instructions et les avertissements pourra entraîner des blessures graves.



1 Etalez toutes les pièces du trampoline en formant des groupes (comme illustré sur la photo).

2 Commencez par déposer les pieds en forme de "W" au sol avec les jambes (sauf pour le trampoline 2m).

3 Continuez jusqu'à ce que vous formiez un grand cercle. La connexion du dernier lien peut nécessiter deux ou plusieurs adultes en bonne condition physique. Avec une deuxième personne tenant l'extrémité opposée, reliez solidement les deux côtés du cercle.



4 Fixez le pied en forme de "W" au support.
Voici l'étape CLÉ : La bordure B (la pièce courte, sans tubes soudés) doit être insérée fermement à l'intérieur de l'assemblage du pied en forme de "W" , c'est très important (comme illustré sur la photo).

5 Attachez les pieds et jambes en les fixant solidement.

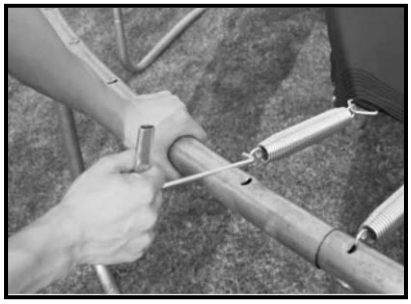
6 Attachez le pied en forme de "W" au support et fixez-le avec les vis.

7 L'assemblage du support est maintenant terminé.

MISE EN PLACE DU TAPIS DE SAUT ET DU COUSSIN DE PROTECTION

8 En orientant les coutures vers le bas, étalez le tapis de saut dans le support et fixez un ressort dans l'un des anneaux triangulaires du tapis. Puis fixez le ressort avec l'anneau au support.
AVERTISSEMENT : Le trampoline est sous forte tension, davantage d'effort peut être nécessaire pour fixer les ressorts au support. Veillez ne pas vous pincer les doigts ou glisser car de graves blessures pourraient se produire !

9 Répétez cette étape directement à l'opposé de l'endroit où vous avez connecté le premier ressort.
Puis fixez 2 autres ressorts à demi-distance entre les 2 premiers, directement opposé l'un à l'autre.



10 Utilisez l'outil fourni comme illustré.

11 Les ressorts sous forte tension peuvent nécessiter de fixer des ressorts adjacents tous les quatre ou cinq trous, ce qui équilibrera la tension sur les ressorts.

12 Attachez les ressorts restant jusqu'à ce qu'ils soient tous fixés sur le cadre.

13 Etalez le coussin de protection sur les bords extérieurs afin de couvrir les ressorts.

14 Attachez toutes les attaches noires au cadre.. Ne les attachez pas aux ressorts.

15 Et voilà ! Votre trampoline est prêt à l'emploi !

Pour démonter le trampoline, répétez les étapes de 1 à 15 dans le sens inverse. . Prenez garde à ne pas vous blesser avec les outils et les ressorts qui sont sous tensions et peuvent se détendre brusquement. Nous vous invitons à les tenir fermement en vous étant munis d'un gant pour éviter les pincements.

ASSEMBLAGE DU FILET DE SECURITE

4. LISTE DES PIÈCES ET INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE DU FILET

1. CONTENU DE L'EMBALLAGE :

Numéro de référence	Description	3.60m/4.30m (4 pieds)	2m/2.44m/3m (3 pieds)
1	Poteau en acier	8 PIÈCES	6 PIÈCES
2	Poteau en acier	8 PIÈCES	6 PIÈCES
3	Vis	16 PIÈCES	12 PIÈCES
4	Rondelle	16 PIÈCES	12 PIÈCES
5	Pièce d'espacement	16 PIÈCES	12 PIÈCES
6	Ecrou	16 PIÈCES	12 PIÈCES
7	Protège écrou	16 PIÈCES	12 PIÈCES
8	Capuchon	8 PIÈCES	6 PIÈCES
9	Filet de sécurité	1 PIÈCE	1 PIÈCE
10	Bouchon	8 PIÈCES	6 PIÈCES

2. ILLUSTRATION DES PIÈCES:

Tubes 1

2

3.Vis

4.Rondelle

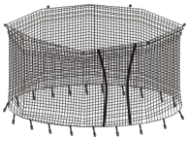
5. Pièce d'espacement

6.Ecrou

7. Protège écrou

8.Capuchon

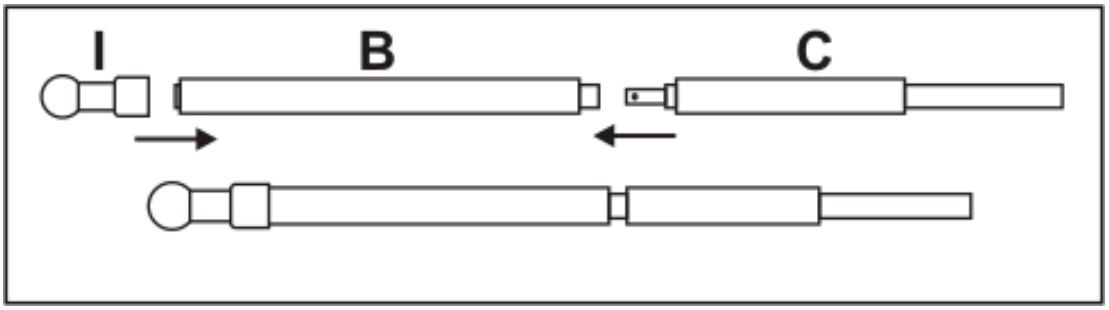
9. Filet

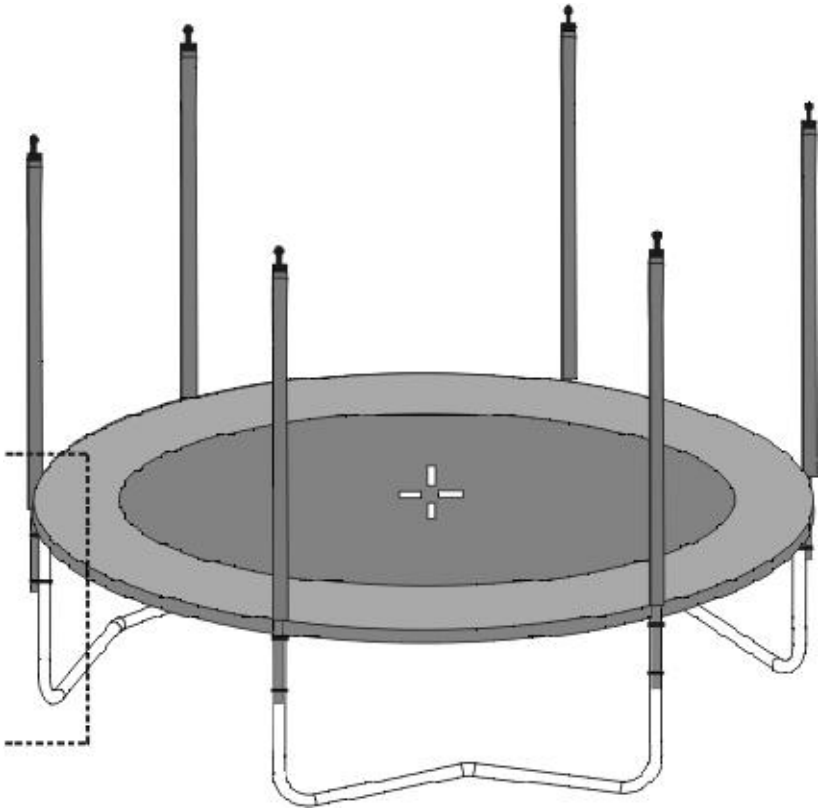


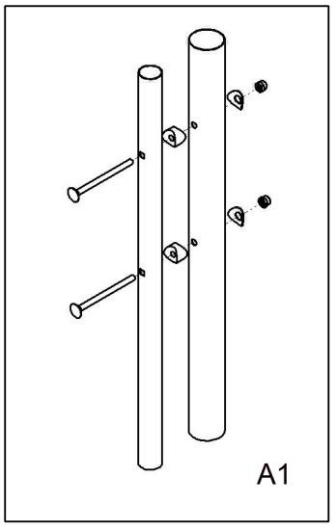
10. Bouchon

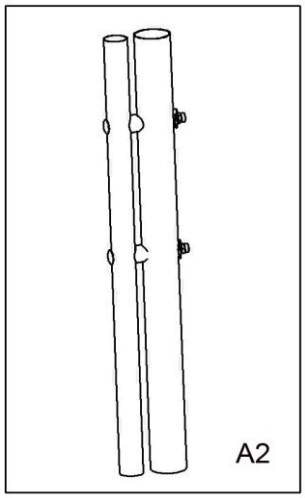
3 ASSEMBLAGE DES MONTANTS

1. ASSEMBLER LES TUBES 1 ET 2 COMME ILLUSTRÉ SUR LE SCHÉMA 1 EN VOUS ASSURANT QUE LE MÉCANISME DE VERROUILLAGE S'ENCLENCHE EN POSITION.
   AJOUTEZ UN CAPUCHON SUR L'EXTRÉMITÉ DU MONTANT.





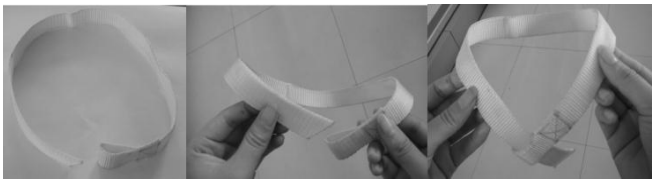


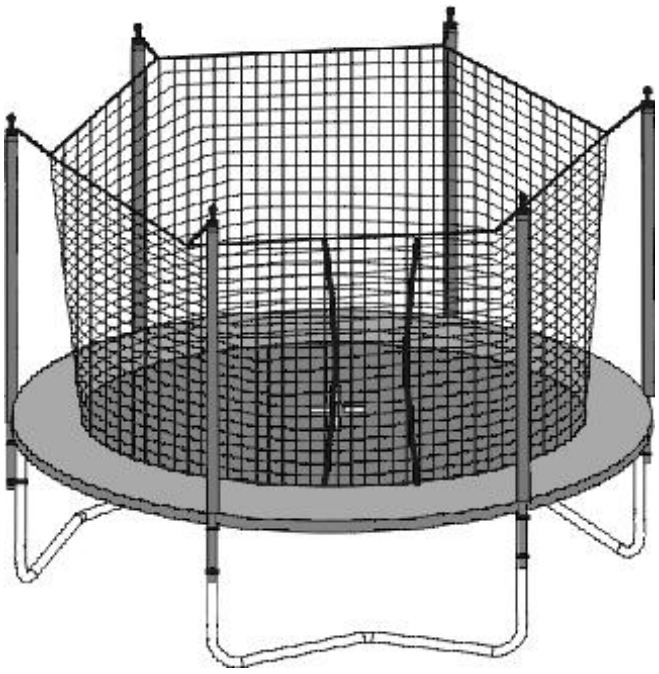


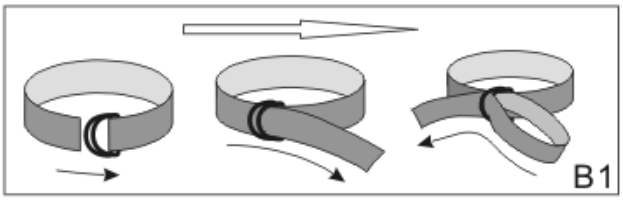
A1 : Fixez les tubes de support aux pieds du trampoline avec 2 boulons, 2 pièces d'espacement et resserrez-les avec le set de vis (2 boulons pour un tube).

4 INSTALLATION DU FILET

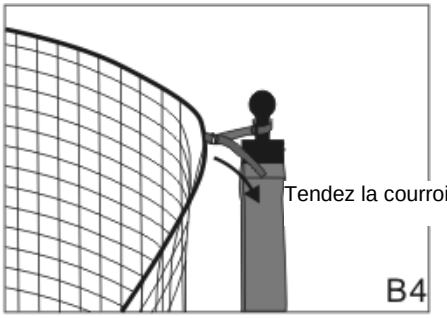
Accrochez les courroies cousues au filet pour sécuriser l'équipement.





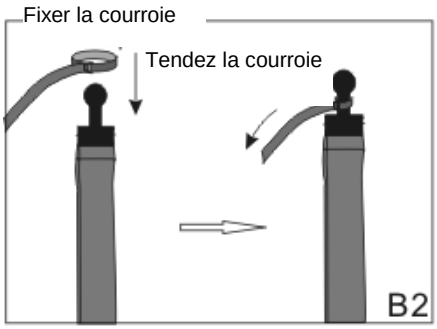


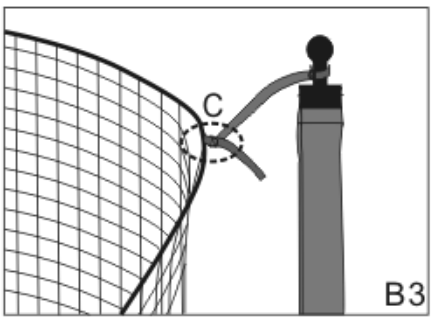
AVERTISSEMENT : Pour éviter tout risque de strangulation et enchevêtrement, gardez les cordes hors de portée des enfants.

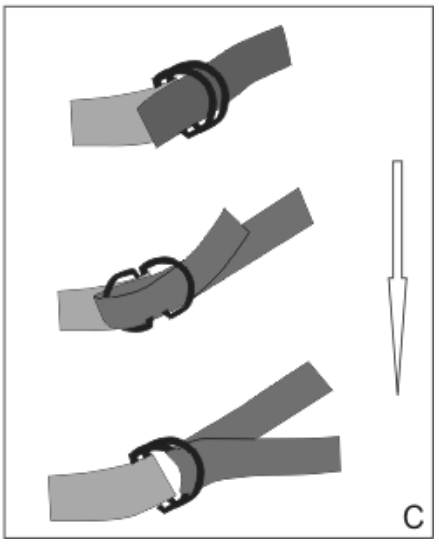


B4: Ne resserrez pas les courroies avant que toutes les courroies soient mises en place puis resserrez-les en ajustant leur longueur.

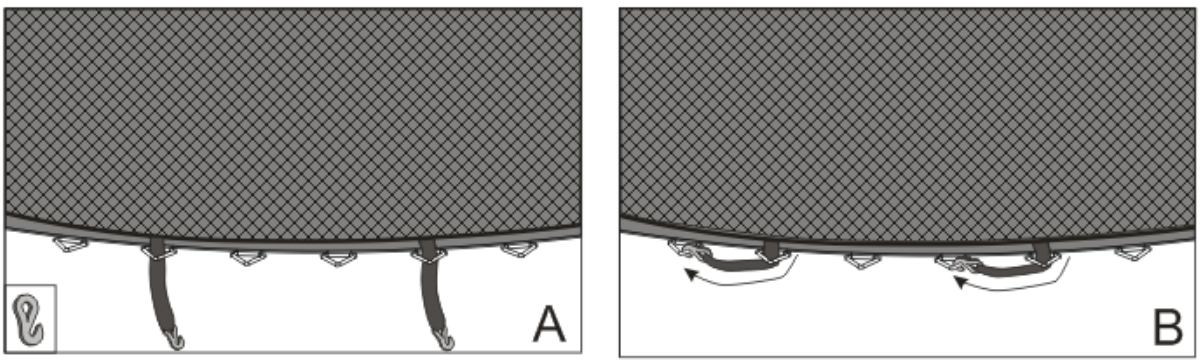
4.







.



A. Enfilez le crochet élastique à travers l'anneau en forme de V du matelas

B. Puis rentrez l'autre extrémité du crochet dans l'aure anneau en forme de V, comme illustré sur les schemas A et B.

Important :

Pour votre sécurité, assurez-vous d'avoir fixer solidement l'entrée du filet avant d'utiliser le trampoline.

Pour démonter le filet, répétez les étapes de 1 à 4 dans le sens inverse.

5. CONSEILS IMPORTANTS CONCERNANT L'UTILISATION

- Lors de la première utilisation du trampoline, les utilisateurs doivent se concentrer sur l'apprentissage des positions de base du corps.

- Lors de la phase d'apprentissage, les utilisateurs doivent pratiquer et perfectionner ces techniques de base. La décélération ou la pratique d'arrêt de rebond doit être effectuée en premier lieu et utilisée comme mesure de sécurité. Les utilisateurs doivent savoir arrêter leur saut dès qu'ils commencent à perdre l'équilibre ou à perdre le contrôle du saut. Pliez les genoux à l'atterrissage de manière à absorber l'énergie du saut. Ainsi, les utilisateurs peuvent arrêter le saut immédiatement et éviter toute perte de contrôle.

- Le meilleur saut bien contrôlé sur le trampoline est celui où l'utilisateur retombe au même point d'où il s'est élancé. Cet exercice peut être appris si l'utilisateur le répète régulièrement. L'utilisateur ne doit jamais tenter un exercice plus difficile avant d'avoir maîtrisé tous les exercices appris précédemment.

- L'utilisateur doit sauter durant un temps relativement court. Sauter trop longtemps expose l'utilisateur à un risque accru de blessures. Les périodes plus longues de saut réduisent également l'intérêt des autres utilisateurs, car ils doivent attendre leur tour pour sauter.

- Les vêtements doivent se composer d'un t-shirt, d'un short, de chaussures de gymnastique et de chaussettes épaisses (ou pieds nus). Les débutants doivent porter des vêtements protecteurs appropriés, comme des chemises et des pantalons longs, jusqu'à ce qu'ils puissent contrôler correctement leurs sauts. Ainsi, cela protégera les coudes et les genoux. Ne portez pas de chaussures de ville car elles causeraient une usure rapide du trampoline.

- Pour grimper et descendre du trampoline, une règle stricte doit être suivie par les utilisateurs débutants: Ils doivent toujours poser une main sur le support et l'utiliser pour monter ou descendre, puis se mettre debout sur le matelas de saut. La montée et la descente du trampoline ne doit pas se faire en sautant directement du ou sur le support. Pour descendre, les utilisateurs doivent aller vers la bordure extérieure du matelas de saut, se plier en avant et poser leurs mains sur le support, puis descendre sur le sol. Ne descendez pas en sautant du trampoline jusqu'au sol, quelle que soit la composition du sol. Si de jeunes enfants jouent sur le trampoline, aidez-les à monter et à descendre.

- Les sauts audacieux ne sont pas recommandés. Toutes les compétences doivent être acquises avec des sauts normaux. Le contrôle du saut et non la hauteur doit être la priorité. L'utilisateur ne peut pas sauter seul et sans surveillance sur le trampoline.

- **Sécurité des enfants: ***Pour éviter tout risque de chute et de strangulation – Sortez par la porte uniquement et prenez les précautions nécessaires.
  *Aidez vos jeunes enfants à entrer et sortir du filet de sécurité.

6. GUIDE DES EXERCICES

SAUTS DE BASE

REBONDIR DEBOUT

1. Commencez au centre du matelas, pieds et épaules écartés, bras sur les côtés, regard porté sur l'extrémité du matelas.
2. Lorsque vous vous élancez, levez vos bras puis ramenez-les près du corps, en formant un mouvement circulaire des bras.
   Ramenez les pieds ensemble lors du saut et pointez les doigts de pied vers le bas. Gardez les pieds et les épaules bien écartés lorsque vous retombez sur le matelas. Les bras ne doivent jamais s'élever au-dessus des épaules ou derrière le dos.

REBONDIR SUR LE VENTRE

1. Tout d'abord, prenez la position pour rebondir sur les mains et sur les genoux. Commencez à rebondir doucement dans cette position, puis lancez les jambes vers l'arrière pour atterrir sur le ventre en portant le poids sur les avant-bras comme illustré sur le schéma. Assurez-vous de vous relancer **vers l'arrière, ne vous lancez pas vers l'avant,** et retrouvez la position initiale sur les mains et les genoux.
2. D'un petit rebond, en vous lançant vers l'arrière, essayez d'atterrir sur le ventre là où vos pieds étaient.

REBONDIR SUR LES GENOUX

1. Tout d'abord, mettez-vous à genoux au centre du matelas, le **dos droit,** regard porté sur l'extrémité du matelas.
2. Lancez vos bras comme pour le saut en position debout et rebondissez sur les genoux.
3. Retrouvez la position initiale après un petit rebond.

REBONDIR SUR LES MAINS ET LES GENOUX

1. Tout d'abord, prenez la position illustrée sur le schéma, en gardant la tête levée, regard porté sur l'extrémité du matelas..
2. Reprenez cette position après un petit rebond. Gardez les mains près des genoux comme illustré.

REBONDIR EN POSITION ASSISE

1. Tout d'abord, asseyez-vous au centre du matelas, jambes écartées et les mains posées sur le matelas, légèrement inclines vers l'avant.
2. Après un petit rebond, reprenez cette position initiale. Pour revenir sur vos pieds, assurez-vous de vous pencher en avant et appuyez sur vos mains.

REBONDIR SUR LE DOS

1. Allongez-vous sur votre dos, écartez les jambes légèrement et élevez-les à environ 45 degrés par rapport à la surface du matelas, levez les bras sur le même angle, relevez la tête et regardez vers l'extrémité du trampoline. Ceci est votre position d'atterrissage.
2. Faites un petit rebond en vous Assurant de ne pas perdre la barre d'extrémité du trampoline de vue. Le poids doit être davantage porté sur vos épaules que sur vos hanches.

POSITION REPLIÉE

Rebond effectué comme en position debout, mais **en haut du saut,** ramenez les genoux vers la poitrine et attrapez-les avec vos bras. Puis relâchez vos jambes pour retomber sur vos pieds.

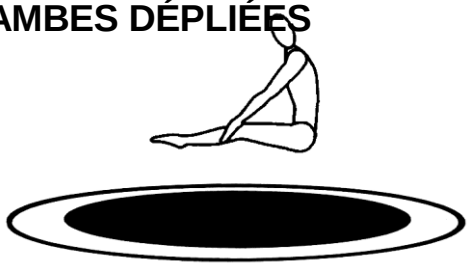
Rebond effectué comme en position debout, mais **en haut du saut,** dépliez votre corps, en cabrant vos reins et en regardant momentanément vers le ciel.

PIROUETTE

DEMIE PIROUETTE:
Rebond effectué comme en position debout, mais **en haut du saut**, tournez rapidement la tête et cherchez du regard le côté oppose du trampoline. Retombez sur vos pieds.

PIROUETTE COMPLÈTE:
Comme ci-dessus mais continuez de tourner votre corps jusqu'à tourner complètement. Regardez la bordure du matelas lorsque vous terminez le tour.

JAMBES DÉPLIÉES



Rebond effectué comme en position debout, mais **en haut du saut,** gardez vos genoux serrés et pointez les doigts de pieds vers l'avant – dépliez les jambes comme illustré, puis retombez sur vos pieds.

CALIFOURCHON

Rebond effectué comme en position jambes dépliées, mais en écartant autant que possible les jambes. Essayez d'atteindre vos doigts de pieds!

7. ENTRETIEN

Ce trampoline a été conçu et fabriqué avec des matériaux de qualité et une main d'œuvre professionnelle. Si des soins et un bon entretien sont fournis, il offrira à tous ses utilisateurs des années d'exercice, de plaisir et de loisir en réduisant les risques de blessure.

Veuillez suivre les lignes directives énumérées ci-dessous :

Ce trampoline est conçu pour résister à un certain poids et à une certaine utilisation. Assurez-vous qu'une seule personne utilise ce trampoline à la fois. La personne ne doit pas peser plus que le poids utilisateur mentionné sur le produit. Les utilisateurs doivent porter des chaussettes, des chaussures de gymnastique ou être pieds nus pour utiliser le trampoline.
Veuillez noter que les chaussures de ville ou baskets ne doivent PAS être portées sur le trampoline. Afin d'éviter que le matelas du trampoline ne soit coupé ou endommagé, veuillez empêcher tout animal domestique de monter sur le matelas. Les utilisateurs doivent également laisser tout objet pointu avant d'utiliser le trampoline. Tout type d'objet coupant ou pointu doit toujours être gardé hors du trampoline.

Inspectez toujours le trampoline avant chaque utilisation pour vérifier s'il n'y a pas de pièces usées, endommagées ou manquantes. Particulièrement à chaque début de saison. Soyez attentif(ve) aux :

- Crevaisons, trous ou usures du tapis de saut du trampoline
- Affaissement du tapis de saut du trampoline
- Coutures desserrées ou toute autre détérioration du coussin
- Pièces du support pliées ou cassées, comme les pieds
- Ressorts cassés, manquants ou endommagés
- Coussin de protection du cadre manquant ou non attaché solidement
- Saillies de toute sorte (surtout de type pointue) sur le cadre, les ressorts ou le tapis
- Serrage des boulons et écrous du trampoline

SI UNE DES CONDITIONS DÉCRITES PRÉCÉDEMMENT OU TOUT AUTRE ÉLÉMENT POUVANT CAUSER DES BLESSURES EST DÉTECTÉE, LE TRAMPOLINE DEVRA ÊTRE DÉMONTÉ OU INTERDIT D'UTILISATION JUSQU'À CE QUE LE(S) DOMMAGE(S) SOIENT RÉPARÉ(S).

Vous pouvez contactez votre revendeur agréé pour acquérir toute pièce de rechange ou effectuer toute réparation,
conformément aux instructions du fabricant.

Contact fabricant : info@kangui.com

8. RANGEMENT ET STOCKAGE ET TRANSPORT DU TRAMPOLINE

- **ATTENTION !** Lors du démontage et du rangement du trampoline, prenez garde à ne pas vous blesser avec les outils et les ressorts qui sont sous tensions et peuvent se détendre brusquement. Nous vous invitons à les tenir fermement en vous étant munis d'un gant pour éviter les pincements.
- Avant de re conditionner votre trampoline, prenez le temps de le sécher entièrement.
- Rangez ensuite votre trampoline dans son carton d'origine en prenant soin de protéger le tapis de saut. Ne pas appuyer sur les coussins de protections avec la structure métallique. Ceci pourrait endommager la mousse ou crevé le revêtement PVC.
- REMARQUE : Nous vous conseillons de stocker votre trampoline dans un endroit sec et à l'abri des rongeurs.
- Si vous êtes amené à déplacer votre trampoline, nous vous conseillons de remettre celui-ci soigneusement dans son emballage d'origine. Prenez soins de bien conserver toutes les vis et écrous nécessaires à la bonne tenue du trampoline.
- Il faut être au moins deux adultes pour porter le carton sans risques de ne se blesser.
- **ATTENTION !** Ne pas porter le carton pas ces sangles de renfort. Vous devez porter le carton par le dessous.

9. NETTOYAGE

N'utilisez pas de produits abrasifs pour nettoyer le trampoline; Utilisez un chiffon doux et humide pour nettoyer les saletés et les poussières.

10. CONSEILS DE MISE AU REBUT

Emballage:
Ce produit est livré avec un emballage, afin de le protéger contre les dommages pendant le transport. Les matériaux d'emballage sont composés de matières non traitées, qui sont recyclables. Veuillez jeter ces matériaux en fonction du type de matériau.

Si vous souhaitez vous débarrasser de ce produit, jetez-le selon les règles de recyclage. Contactez vos autorités municipales pour obtenir plus d'informations.

ITALIANO

MANUALE D'ISTRUZIONI

TRAMPOLINO DA 2m/2.44m/3m/3.60m/4.30m

LEGGERE INNANZITUTTO QUESTO MANUALE!!!

Da leggere attentamente e conservare per una consultazione ulteriore

Ci complimentiamo per l'acquisto di questo trampolino.
Siamo sicuri che questo prodotto vi offrirà ore di gioco e di divertimento.
Per garantirvi un funzionamento ottimale di questo prodotto, vi preghiamo di seguire le istruzioni riportate di seguito:

- Prima di utilizzare questo prodotto, si prega di leggere attentamente questo manuale d'istruzioni.
- Il prodotto è dotato di un sistema di sicurezza. Tuttavia vi preghiamo di leggere le seguenti norme di sicurezza e di utilizzare il prodotto come descritto in questo manuale per evitare rischi di traumi o ferite.
- Questo manuale fa parte del prodotto; si prega di conservarlo per qualsiasi riferimento futuro.
- Se si cede questo prodotto a un'altra persona consegnare anche questo manuale di utilizzo.

1. Assicurarsi che il trampolino sia posizionato correttamente su una superficie orizzontale. Un trucco molto semplice per verificare se il tappeto elastico sia in piano consiste nell'appoggiare una molla sulla croce di centratura del tappeto di salto e regolare il livello del trampolino finché la molla non smette di rotolare e rimane ferma al centro del tappeto.

2. Creato per l'esterno e non per l'interno, il trampolino deve essere installato e utilizzato su superfici erbose o su superfici morbide, come la sabbia. L'utilizzo su una superficie dura accelera l'usura della parte inferiore dei piedi di supporto. Spostare il trampolino sollevandolo afferrandolo dal telaio e controllare, quando lo si posa, che i piedi e le gambe del trampolino siano ben posizionati.

3. Indipendentemente dal luogo d'installazione del trampolino, è necessario montare la gabbia protettiva che circonda il trampolino. La rete della gabbia deve proteggere da uno spostamento laterale e non deve servire in nessun caso da "muro di scalata".

4. Posizionare il trampolino in un punto ben illuminato. Assicurarsi di avere uno spazio libero verticale di 7m. Posizionare il gioco lontano dall'acqua su un suolo solido, idealmente erba. Non posizionarlo mai su o in prossimità di superfici dure quali patio o viali, o vicino ad edifici.

5. Mantenere sempre libero lo spazio intorno e sotto al trampolino, facendo attenzione che non ci siano oggetti o persone in prossimità.

6. L'utilizzo dei cuscini di protezione è obbligatorio. Controllare che siano ben fissati al telaio e che tutte le molle posizionate siano ben inserite con il gancio dell'anello puntato verso il basso.

7. Controllare il trampolino prima di ogni utilizzo e sostituire tutti i pezzi rotti, difettosi o mancanti con pezzi originali. Vi invitiamo a effettuare attentamente questi controlli, in particolare all'inizio della stagione, e controllare che tutti i dadi siano ben stretti.

8. Assicurarsi che il tappeto sia pulito e asciutto per evitare rischi di scivolate.

9. Il trampolino non deve essere utilizzato in caso di vento forte. In caso di previsioni metereologi che avverse, vi consigliamo di togliere la gabbia di protezione e i cuscini di protezione per evitare che il vento danneggi il trampolino.

10. Quando il trampolino non viene utilizzato fare in modo che i bambini più piccoli non possano accedervi senza la supervisione di un adulto. Tenere i bambini piccoli lontano dal trampolino mentre altri stanno saltando e non permettere a quest'ultimi di sostare sotto il tappeto elastico

11. Togliere la copertura imbottita e la guaina in PVC in caso di neve.

12. Togliere la neve accumulata sul materasso affinché le molle e i materassi non vengano danneggiati dal peso della neve.

13. Pulire il trampolino solo con acqua. Non utilizzare sapone né prodotti detergenti abrasivi.

ITALIANO

INDICE

1. .....DATI TECNICI 23
2. .....ISTRUZIONI GENERALI DI SICUREZZA 24
2.1.....UTILIZZO 24
2.2.....PERICOLO PER I BAMBINI 24
2.3..... ATTENZIONE – RISCHIO DI FERITE 24
2.4.....ATTENZIONE – PRECAUZIONI CONTRO I DANNI 24
2.5.....CONSIGLI PER IL MONTAGGIO 25
3. .....ISTRUZIONI DI SICUREZZA 26
3.1.....CATEGORIE DI INCIDENTI 29
3.2.....METODI DI PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI 29
ELENCO DEI PEZZI E ISTRUZIONI DI MONTAGGIO DELLA RETE33
5. .....CONSIGLI IMPORTANTI RIGUARDO L'UTILIZZO 36
6. .....GUIDA AGLI ESERCIZI 37
7. ..... MANUTENZIONE 39
8. ...RIPORRE, CONSERVARE E TRASPORTARE IL TRAMPOLINO 40
9. .....PULIZIA 40
10.....CONSIGLI PER LO SMALTIMENTO 40

5. DATI TECNICI

Caratteristiche del prodotto

Pezzo	Elemento	2m	2.44m	3.00m	3.60m	4.30m
Copertura del supporto	**A**	1	1	1	1	1
Materasso di salto	**B**	1	1	1	1	1
Bordo superiore	**C**	6	6	6	8	8
Molla	**D**	36	48	60	72	88
Gamba	**E**	0	6	6	8	8
Vite	**F**	6	6	6	8	8
Piede a forma di W	**G**	3	3	3	4	4
Attrezzo	**H**	1	1	1	1	1

Utente Peso		55kg	70kg	90kg	100kg	100kg
Dimensione		Ø1.98 m / Ht 2.10m	Ø2.44m / Ht 2.38m	Ø3.00 m / Ht 2.38m	Ø3.65 m / Ht 2.66m	Ø4.27 m / Ht 2.69m
Peso netto		32kg	38.5kg	49kg	57kg	67kg

1. ⚠ ISTRUZIONI GENERALI DI SICUREZZA

5.1. UTILIZZO

- Attenzione: Riservato a un uso privato. Questo prodotto è stato concepito per un utilizzo domestico e non è destinato a un utilizzo commerciale o medico. I trampolini da svago non sono dei trampolini per uso professionale ed è vietato eseguire dei salti diversi da quelli descritti nel programma di lezione di base.

5.2. PERICOLO PER I BAMBINI

- **ATTENZIONE! Non adatto ai bambini di età inferiore ai 36 mesi**
- **AVVERTENZA! I trampolini di un'altezza superiore ai 51 cm (20 pollici) non sono consigliati ai bambini di età inferiore ai sei anni.**
- I bambini non sono consapevoli dei pericoli potenziali derivanti da questo prodotto. Tenere lontani i bambini si età inferiore ai 36 mesi dal trampolino. Questo prodotto deve essere riposto in un luogo fuori dalla portata dei bambini e degli animali domestici.
- Il trampolino deve essere utilizzato sotto il controllo di un adulto.
- Non lasciare i bambini vicino al trampolino senza sorveglianza. Il montaggio e la manutenzione del prodotto devono essere effettuate da un adulto. Non lasciare il prodotto incustodito e sorvegliare i bambini durante il gioco.
- Il materiale d'imballaggio può costituire un rischio di soffocamento. E' necessario prestare attenzione e cura nel rimuove l'imballaggio e nel montare questo prodotto. A causa di piccole parti e materiali da imballaggio è necessaria la presenza di un adulto per il montaggio.

5.3. ATTENZIONE – RISCHIO DI FERITE

- Non utilizzare l'apparecchio se è danneggiato o difettoso.
- Controllare il trampolino prima di ogni utilizzo. I pezzi difettosi devono essere sostituiti immediatamente poiché possono compromettere il funzionamento e la sicurezza del prodotto.
- Non autorizzare l'accesso a più di una persona alla volta sul trampolino.
- Installare il trampolino su una superficie orizzontale e non scivolosa. Non installare mai il trampolino vicino all'acqua e mantenere uno spazio di sicurezza sufficiente.
- Fare attenzione ai pezzi mobili del prodotto nei quali potrebbero incastrarsi braccia, gambe o vestiti. Non introdurre nessun oggetto nelle aperture del prodotto. Gli utilizzatori non devono indossare indumenti che potrebbero impigliarsi nel prodotto (ad es. capi di abbigliamento ingombranti, cordoni, borse a tracolla, gioielli.)

5.4. ATTENZIONE – PRECAUZIONI CONTRO I DANNI

- Non modificare il prodotto. Utilizzare solo pezzi **originali.** Qualsiasi riparazione incorretta potrebbe creare un rischio di infortuni. Utilizzare **il** trampolino solo nei modi descritti in questo manuale.
- Proteggere il prodotto dagli schizzi, dall'umidità, dalle alte temperature e dal sole.

5.5. CONSIGLI PER IL MONTAGGIO

- Questo prodotto deve essere montato con attenzione da un adulto.
- Prima di cominciare il montaggio, leggere attentamente le istruzioni e rispettare le istruzioni di montaggio.
- Togliere tutto il materiale d'imballaggio e suddividere tutti i pezzi su uno spazio libero. In questo modo avrete una visione globale che faciliterà la procedura di montaggio.
- Controllare con l'elenco la presenza di tutte le componenti. Gettare il materiale d'imballaggio al termine del montaggio.
- Prendere le precauzioni necessarie durante il montaggio del trampolino assemblando il prodotto con cura.
- Creare un ambiente senza pericoli evitando di spargere attrezzi intorno allo spazio di lavoro. Conservare i materiali d'imballaggio in modo tale che non rappresentino nessun pericolo**.** I sacchetti di plastica sono pericolosi per i bambini (rischio di soffocamento!)
- Dopo aver installato il prodotto in base al manuale d'istruzioni, controllare che tutte le viti, i bulloni e i dadi siano ben stretti, installati correttamente e che tutte le guarnizioni siano ben fissate.
- E' necessario mantenere uno spazio libero di almeno 7 m sopra al trampolino. Mantenere uno spazio libero fra il trampolino e tutti le fonti possibili di pericolo come i cavi elettrici, i rami degli alberi, le attrezzature di gioco, le piscine e le recinzioni, i muri, le strutture, i mattoni e altre aree di gioco.
- Il trampolino deve essere installato correttamente prima di essere utilizzato.
- Non installare mai il trampolino quando piove, in caso di vento forte o di temporale, soprattutto se ci sono lampi. Si consiglia di smontare il trampolino e di riporlo in caso di cattive condizioni climatiche.
- Il supporto in metallo è conduttore di elettricità. I lampi, i cavi di alimentazione e tutte le attrezzature elettriche non devono mai essere messi in contatto con il trampolino.
- Il trampolino deve essere utilizzato sempre in una zona ben illuminata.
- Non deve esserci mai posto alcun oggetto sotto al trampolino. Rimuovere qualsiasi ostacolo da sotto il tappeto e dal recinto di protezione.
- Il trampolino non deve essere utilizzato in prossimità di altre attrezzature di gioco o di costruzione.
- Indossare dei guanti per proteggere le mani durante il montaggio o lo smontaggio del trampolino.
- Assicurarsi che il supporto del materasso sia posizionato in modo saldo e corretto.

6. ⚠ ISTRUZIONI DI SICUREZZA

- Non cadere sulla testa o sul collo. Si rischia la paralisi o la morte, anche cadendo al centro del trampolino. L'utilizzo del trampolino può causare rischi di ferite gravi, comprese ferite permanenti quali la paralisi o addirittura la morte.
- Non cercare mai di fare dei salti mortali per evitare di cadere sulla testa o sul collo.
- Il trampolino deve essere utilizzato da una sola persona alla volta. I bambini di età inferiore ai 6 anni possono utilizzare il trampolino solo sotto la sorveglianza attenta di un adulto. Diverse persone che saltano contemporaneamente sul trampolino aumentano il rischio di perdita di controllo, di collisione o di caduta.
- Controllare il trampolino prima di ogni utilizzo. Sostituire tutti i pezzi usati, difettosi o mancanti.
- Non utilizzare il trampolino senza la sorveglianza diretta di un adulto.
- E' necessario conoscere e seguire tutte le indicazioni sulla sicurezza. In particolare evitare di fare rimbalzi con cambio di fronte e saltare sempre una sola persona sul tappeto elastico alla volta. Le istruzioni di sicurezza del trampolino devono essere lette, tenute in considerazione e rispettate.
- Anche i salti sul trampolino possono provocare delle ferite, in particolare alla schiena, al collo o alla testa. I salti mortali devono essere evitati. Non autorizzare l'accesso di più di una persona alla volta sul trampolino.
- Fabbricanti e fornitori non potranno essere tenuti responsabili di qualsiasi forma di danni diretti, indiretti o speciali causati dall'utilizzo del trampolino o in relazione con il prodotto.

- Nell'interesse della sicurezza del suo bambino, è importante leggere attentamente sia le indicazioni sulla sicurezza che le istruzioni di montaggio qui di seguito prima di consentire che il bambino utilizzi questa attrezzatura. Prima dell'uso assicurarsi che i piedi siano appoggiati saldamente e che il tessuto di rivestimento copra le molle.

- L'acquirente/ utilizzatore del trampolino deve esaminare regolarmente il prodotto prima dell'uso. Sospendere il gioco se si trova una qualsiasi rottura nel tappeto elastico.

- Non indossare indumenti larghi, con ganci o con altri oggetti che potrebbero agganciarsi al trampolino.

- Il trampolino deve essere installato su un suolo in piano. Posizionare il gioco lontano dall'acqua su un suolo solido ed in piano, idealmente erba. Non posizionarlo mai su o in prossimità di superfici dure

- Il vento forte può spostare il trampolino. In caso di maltempo il trampolino deve essere smontato o spostato in un luogo protetto. Il trampolino può essere fissato al suolo con delle corde e dei travetti.

- Evitare di spostare il trampolino dopo averlo montato poiché il supporto potrebbe piegarsi o stortarsi durante lo spostamento. Se fosse necessario spostare il trampolino, sollevarlo e spostarlo orizzontalmente.

- Il trampolino è un'attrezzatura concepita per saltare che consente all'utilizzatore di saltare a delle altezze insolite e compiere con il corpo una molteplicità di movimenti. Alcuni salti sul trampolino, una caduta sul supporto o un rimbalzo errato possono provocare delle ferite.

- Leggere attentamente le seguenti indicazioni assicurandosi di utilizzare correttamente l'apparecchio.

- Gli utilizzatori devono familiarizzarsi con il manuale di montaggio. Questo manuale contiene delle indicazioni di montaggio, alcune misure di precauzione e delle raccomandazioni per la manutenzione e la pulizia del trampolino per garantire un utilizzo in sicurezza del trampolino.

- Utilizzare il trampolino solo quando il tappeto di salto è asciutto.

- Non utilizzare una scala o altri mezzi di accesso. Salire su e giù dal trampolino. Non saltare su e giù dal trampolino.

- Se si utilizza una scala, controllare che sia stata concepita in modo tale da poter essere staccata facilmente o che non sia accessibile da bambini di età inferiore ai 36 mesi.

- Non utilizzare il trampolino se si è sotto l'effetto di alcool o di droghe.

- Non utilizzare il trampolino durante la gravidanza.

- Non utilizzare il trampolino in caso d'ipertensione o di malattie cardiovascolari.

- Non fumare durante l'uso del trampolino.

- Assicurarsi che non vi siano oggetti appuntiti o taglienti nei pressi del trampolino eliminando così il rischio di lesioni o infortuni.

- Non mangiare e non bere durante l'utilizzo del trampolino.

- Evitare di saltare troppo in alto e troppo a lungo.

- Saltare sempre al centro della tela.

**Sicurezza dei bambini: ***Per evitare qualsiasi rischio di cadute o di strangolamento entrare ed uscire dal trampolino utilizzando la fessura centrale sulla rete di sicurezza. E' necessaria la supervisione di un adulto durante il gioco.

Avvertenze sull'utilizzo:

- Seguire tutte le regole di sicurezza indicate sul seguente manuale e familiarizzare con tutte le informazioni fornite.
- Durante il gioco è necessaria la supervisione diretta di un adulto.
- E' sconsigliato l'utilizzo del trampolino a bambini di età inferiore ai 6 anni. E' necessaria la supervisione di un adulto durante il gioco.
- Il trampolino può essere utilizzato solo se il materasso di salto è pulito ed asciutto. Un materasso usato o danneggiato deve essere sostituito immediatamente.
- Per l'uso all'esterno - posizionare il gioco lontano dall'acqua su un suolo solido ed in piano, idealmente erba. Non posizionarlo mai su o in prossimità di superfici dure quali patio o viali, o vicino ad edifici Fare in modo che l'area sotto e intorno al trampolino sia libera da qualsiasi giocattolo/ostacolo che possano causare lesioni.
- Non utilizzare il trampolino quando si è stanchi o sotto l'effetto di alcool o di droghe (compresi i farmaci).
- Esercitarsi a praticare i salti di base e ad assumere le varie posizioni del corpo prima di tentare salti più difficili. Prima di saltare riscaldare i muscoli, questo aumenta il flusso di sangue che aumenta la flessibilità, la mobilità delle articolazioni e riduce il rischio di lesioni.
- Quando si utilizza il trampolino all'inizio,cominciare al centro del tappeto con dei salti bassi e controllati. E' necessario conoscere le tecniche di base quali l'arresto dal salto e il salto stando eretti (a pennello). E' necessario conoscere e seguire tutte le indicazioni sulla sicurezza. In particolare evitare di fare rimbalzi con cambio di fronte e saltare sempre una sola persona alla volta sul tappeto elastico.
- Salire su e giù dal trampolino. Non saltare su e giù dal trampolino. Non utilizzare il trampolino per saltare verso un altro oggetto.
- Per maggiori informazioni o per ottenere un programma di esercizi adatto, consultare un professionista esperto di trampolino.

L'utilizzo del trampolino può, come qualsiasi altra attività sportiva, provocare delle ferite. Ci sono diversi modi per ridurre il rischio di finfortuni. I prossimi paragrafi spiegano le principali cause di incidenti e forniscono consigli sulla responsabilità dei sorveglianti e sui mezzi per evitare gli incidenti agli utilizzatori.

6.1. CATEGORIE D'INCIDENTI

Salti mortali: Una caduta sulla testa o sul collo, anche se si verifica al centro del trampolino, aumenta il rischio di ferite al collo e alla schiena che possono portare alla paralisi o addirittura alla morte. Ciò può verificarsi se l'utilizzatore fa un errore e cade in avanti o indietro. Non tentare nessun salto mortale sul trampolino!

Il rischio di ferite aumenta se più persone saltano sul trampolino contemporaneamente poiché potrebbero perdere il controllo del salto. Gli utilizzatori possono entrare in collisione, cadere dal trampolino, cadere in modo sbagliato sul materasso o cadere gli uni sugli altri provocandosi lesioni o infortuni.

Salire e scendere dal trampolino: Il materasso del trampolino è posizionato a circa un metro dal suolo. Saltare dal trampolino al suolo o su un'altra superficie può provocare ferite. Saltare sul trampolino a partire dal tetto di un edificio, da una terrazza o da un altro oggetto può provocare ferite. I bambini hanno bisogno di aiuto per salire e scendere dal trampolino. Non salire sull'imbottitura o sul supporto. Al momento dell'uscita, non saltare dal bordo del tappeto elastico. Sedersi sempre sul bordo, poi scendere a terra con cautela

Colpi al supporto o alle molle: Gli utilizzatori dovrebbero stare in piedi o saltare il più vicino possibile al centro del tappeto. Saltare o stare in piedi vicino al bordo del trampolino potrebbe provocare il ribaltamento della struttura. Non togliere mai la protezione del supporto del trampolino. Le semplici imbottiture della struttura o i rivestimenti delle molle non forniscono una protezione adeguata. L'installazione del recinto di protezione ridurrà notevolmente il rischio di lesioni.

Perdita di controllo: Quando un utilizzatore perde il controllo del suo salto, può atterrare in modo errato sul materasso, sul supporto o sull'imbottitura, oppure addirittura cadere fuori dal trampolino. Un salto controllato permette di ricade nello stesso punto da cui si era partiti. Prima di provare un salto più difficile, assicurarsi di saper controllare perfettamente e in modo continuo il salto di base. Se si tenta di effettuare un salto che supera le proprie capacità si rischia di perdere il controllo. Per riprendere il controllo del salto e atterrare correttamente piegare completamente le ginocchia al momento dell'atterraggio.

Sotto l'influenza di droghe o di alcool: Il rischio di ferite aumenta se si è sotto l'influenza di alcool o di droghe. Queste sostanze riducono il tempo di reazione, deformano le facoltà di giudizio, diminuiscono la sensibilizzazione allo spazio, il coordinamento e la motricità dell'utilizzatore.

Collisione con degli oggetti: NON utilizzare il trampolino se ci sono animali domestici, altre persone o qualsiasi oggetto sotto al trampolino. Ciò potrebbe provocare delle ferite. Non saltare tenendo in mano oggetti, soprattutto se è taglienti o fragili. Non posizionareil trampolino troppo vicino a fili elettrici, a rami di alberi o a qualsiasi altro ostacolo che aumenterebbe il rischio di ferite.

Cattiva manutenzione del trampolino: Gli utilizzatori possono ferirsi se il trampolino è in cattivo stato di manutenzione. Un materasso strappato, un supporto piegato o una copertura di protezione mancante devono essere sostituiti prima di utilizzare di nuovo il trampolino. Il trampolino deve essere controllato prima di ogni utilizzo.

Condizioni climatiche: L'umidità o la pioggia rendono il tappeto scivoloso aumentando il rischio di ferite derivate da cadute scomposte. Le raffiche di vento violente possono provocare una perdita di controllo del salto. Per ridurre il rischio di infortuni o danni alla struttura utilizzare il trampolino in presenza di condizioni meteorologiche favorevoli.

6.2. METODI DI PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI

Ruolo dell'utilizzatore nella prevenzione degli incidenti:

E' necessario che l'utilizzatore abbia una conoscenza di base del trampolino per garantire la sua sicurezza. Tutti gli utilizzatori del trampolino devono imparare prima di tutto come effettuare un salto controllato, le

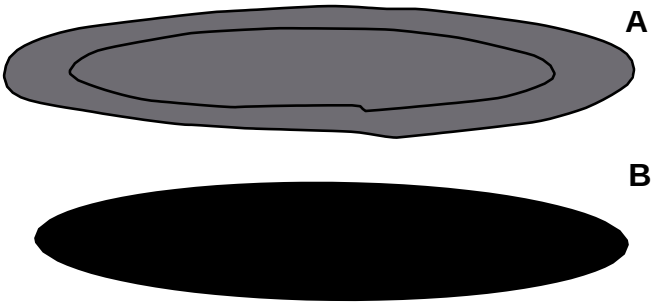
posizioni e i movimenti fondamentali prima di passare a esercizi di salto più difficili. Ogni singolo utilizzatore dovrebbe acquisire familiarità con le Istruzioni di cura e manutenzione. Il rischio di caduta sulle molle o sulla struttura, la caduta tra le molle, oppure l'urto con la struttura possono essere ridotti saltando al centro del tappeto senza spostarsi verso l'esterno

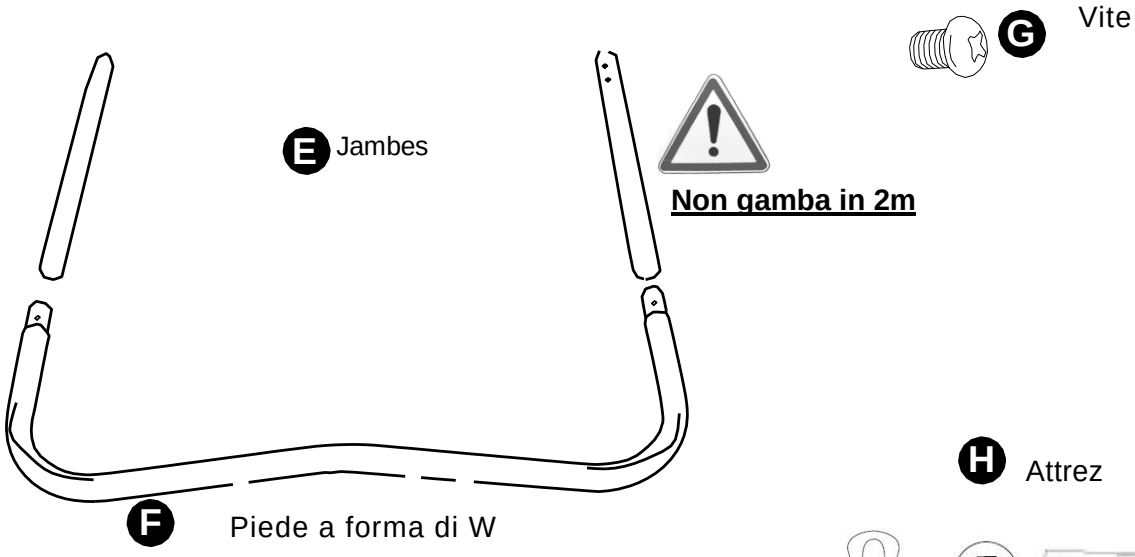
Ruolo del sorvegliante nella prevenzione degli incidenti:

Il sorvegliante deve fornire i consigli e le informazioni di sicurezza necessarie a tutti gli utilizzatori del trampolino. Le regole e le avvertenze fornite in questo manuale devono essere applicate e conosciute da tutti gli utilizzatori del trampolino. Per ridurre il rischio di incidenti e di caduta sulle molle o sulla struttura, installare in modo appropriato le imbottiture della struttura
ed il recinto di protezione.

7. ELENCO DEI PEZZI E ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

PEZZI	**Elemento**
Copertura del supporto	A
Materasso di salto	B
Bordo superiore	C
Molle	D
Gamba	E
Piede a forma di W	F
Vite	G
Attrezzi	H

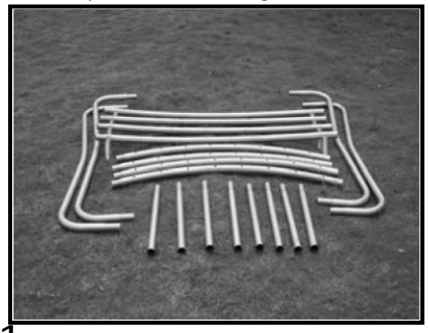




MONTAGGIODEL SUPPORTO

Consultare l' ELENCO DEI PEZZI per identificare tutte le componenti del trampolino.

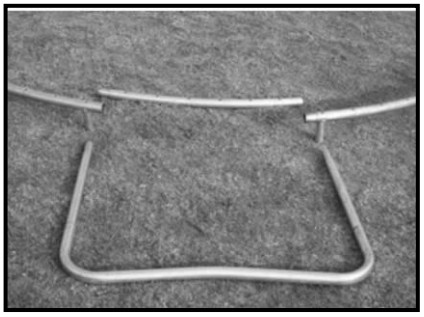
AVVERTENZA: L'assemblaggio del trampolino deve essere effettuato da una persona adulta. Tenere i bambini lontano dal recinto di protezione del trampolino finché non è stato completamente assemblato.
Usare guanti per proteggere le mani durante il montaggio.
Assicurarsi che il trampolino sia correttamente montato, con l'imbottitura della struttura posizionata correttamente, prima di montare il recinto di *protezione del trampolino.* Il mancato rispetto di tutte le istruzioni e di tutte le avvertenze potrebbe provocare ferite gravi.



1 Estarre tutte le componenti del trampolino dalla confezione.

2 Cominciare con il piede a forma di goccia "W" sul terreno con le gambe (tranne che per il trampolino 2m).

3 Continuare finché si forma un grande cerchio. Il collegamento dell'ultima parte potrebbe richiedere l'intervento di due o più adulti. Con una seconda persona, che tiene l'estremità opposta, collegare saldamente i due lati del cerchio.



4 Fissare il piede a forma di "W" al supporto. Ecco il punto CHIAVE: Il bordo B (il pezzo corto, senza tubi saldati) deve essere inserito saldamente all'interno dell'assemblaggio del piede a forma di "W", (come illustrato nella foto).

5 Collegare dei piedi fissandoli saldamente.

6 Agganciare il piede a forma di "W" al supporto e fissarlo con le viti.

7 L'assemblaggio del supporto è ora terminato.

MONTAGGIO DEL MATERASSO E DELLA COPERTURA IMBOTTITA

8 Orientando le cuciture verso il basso, tirare il materasso di salto nel supporto e fissare una molla in uno degli anelli triangolari del materasso. Poi fissare la molla con l'anello al supporto. AVVERTENZA: Il trampolino è sotto forte tensione, può essere necessario uno sforzo supplementare per fissare le molle al supporto. Fare attenzione a non pizzicarsi le dita o a non scivolare poiché potrebbero prodursi ferite gravi!

9 Ripetere questa fase direttamente all'opposto del punto in cui avete collegato la prima molla. Poi fissare altre due molle a metà distanza fra le prime due, direttamente opposte una all'altra.

10 Utizzare l'attrezzo fornito come illustrato.

11 Le molle sono sotto forte tensione e può essere necessario fissare delle molle adiacenti ogni quattro o cinque fori, equilibrando così la tensione sulle molle.

12 Agganciare le molle rimanenti finché siano tutte fissate sul supporto.

13 Stendere la copertura imbottita blu sui bordi esterni per coprire le molle

14 Fissare tutte le cinghie nere al bordo del supporto. Non fissarle alle molle.

15 trampolino è ora pronto per l'uso!

Per smontare il trampolino, ripetere le fasi da 1 a 15 in senso contrario. Fare attenzione a non ferirsi con gli attrezzi e le molle che sono sotto tensione e possono rilasciarsi bruscamente. Vi invitiamo a tenerli saldamente dopo aver indossato un paio di guanti.

MONTAGGIO DELLA RETE DI SICUREZZA

ITALIANO

8. ELENCO DEI PEZZI E ISTRUZIONI DI MONTAGGIO DELLA RETE

1. CONTENUTO DELLA CONFEZIONE:

Numero di riferimento:	Descrizione	3.60m/4.30m (4 piedi))	2m/2.44m/3m (3 piedi)
1	Tubo in acciaio	8 PEZZI	6 PEZZI
2	Tubo in acciaio	8 PEZZI	6 PEZZI
3	Bullone	16 PEZZI	12 PEZZI
4	Rondella per bulloni	16 PEZZI	12 PEZZI
5	Distanziatori	16 PEZZI	12 PEZZI
6	Dado	16 PEZZI	12 PEZZI
7	Proteggi-dado	16 PEZZI	12 PEZZI
8	Cappuccio	8 PEZZI	6 PEZZI
9	Rete di sicurezza	1 PEZZO	1 PEZZO
10	Tappo	8 PEZZI	6 PEZZI

2. ILLUSTRAZIONE DEI PEZZI:

TUBO:

1.

2.

3.Bullone

4.Rondella per bullone

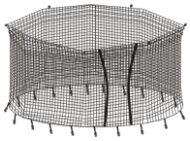
5. Distanziatore

6.Dado

7. Proteggi-dado

8.Cappuccio

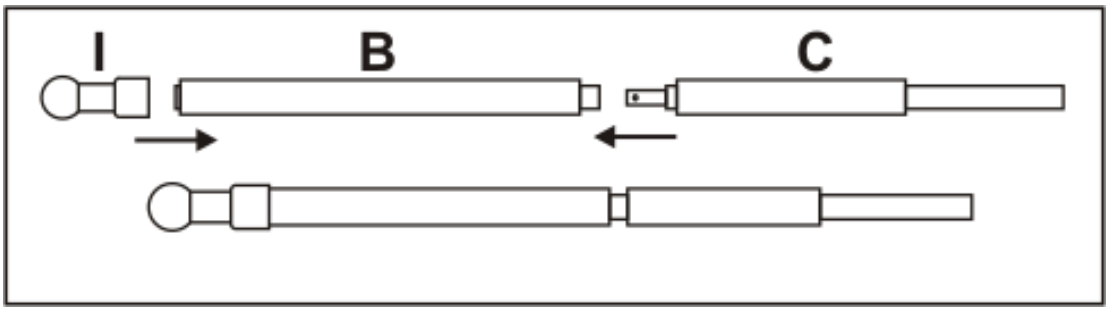
9. Rete

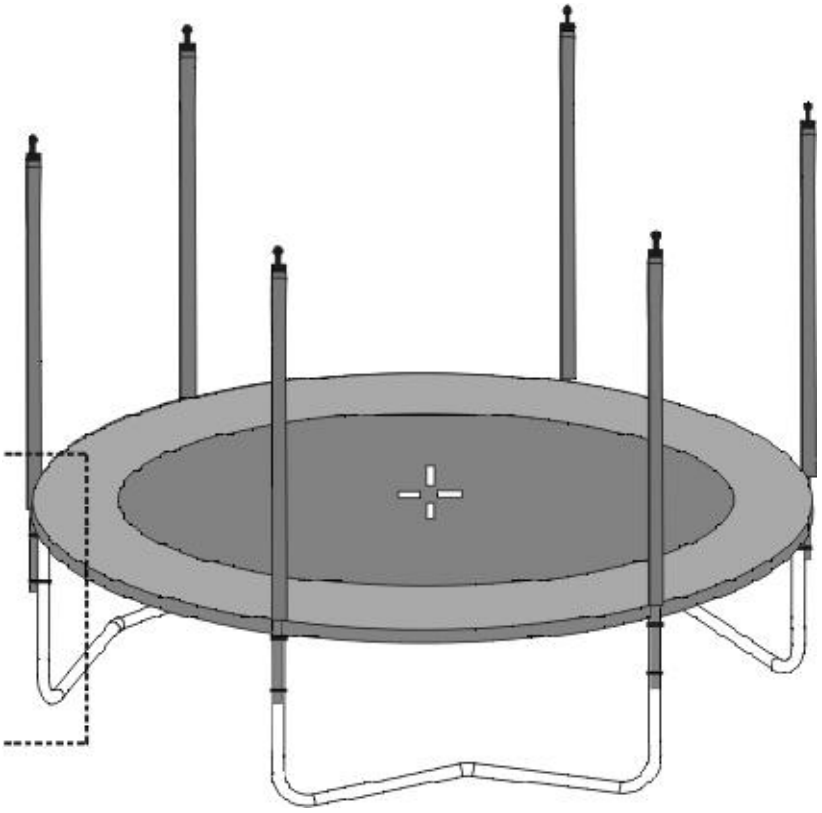


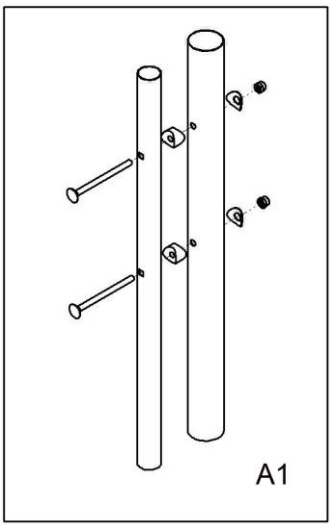
10. Tappo

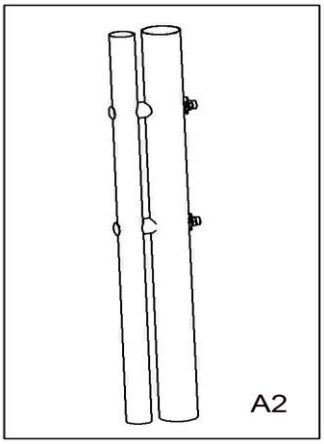
3. ASSEMBLAGGIO DEI MONTANTI

1. COLLEGARE I MONTANTI #1 E #2 COME ILLUSTRATO SULLO SCHEMA 1 ASSICURANDOSI CHE IL MECCANISMO DI BLOCCO SIA POSIZIONATO CORRETTAMENTE.. AGGIUNGERE UN CAPPUCCIO ALL'ESTREMITA' DEL MONTANTE.





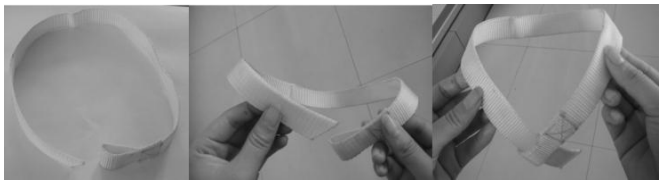


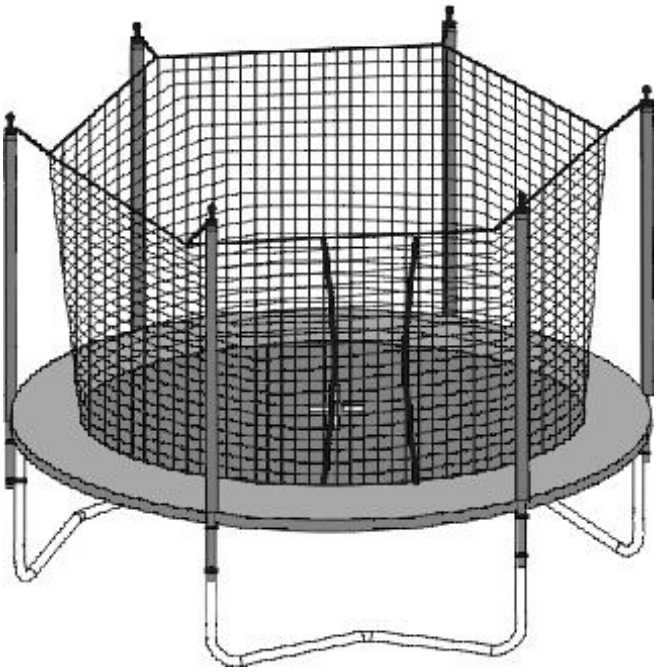


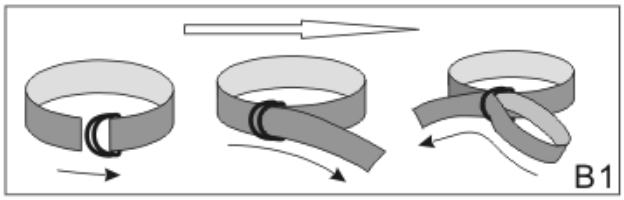
A1: Fissare i tubi di supporto ai piedi del trampolino con due bulloni, due distanziatori e stringerli con il set di viti (2 bulloni per un tubo).

4. MONTAGGIO DELLA RETE

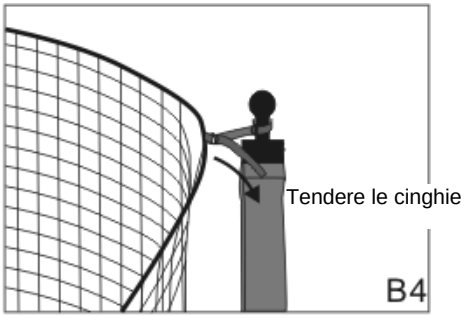
Le cinghie di sostegno sono cucite alla rete



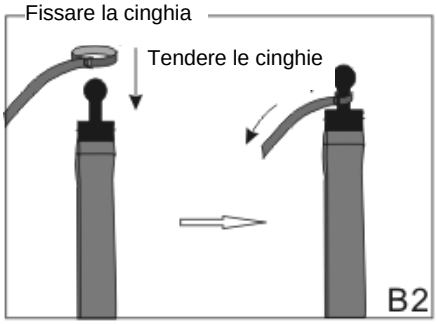


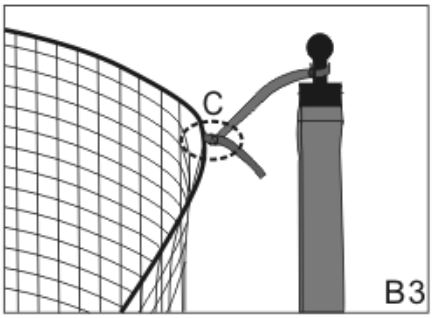


AVVERTENZA: Per evitare rischi di strangolamento e di groviglio, tenere le corde fuori dalla portata dei bambini.

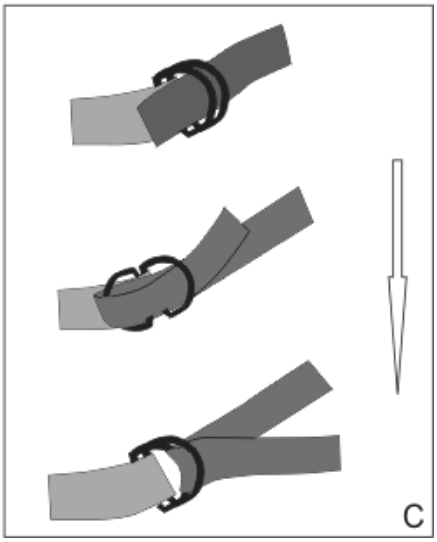


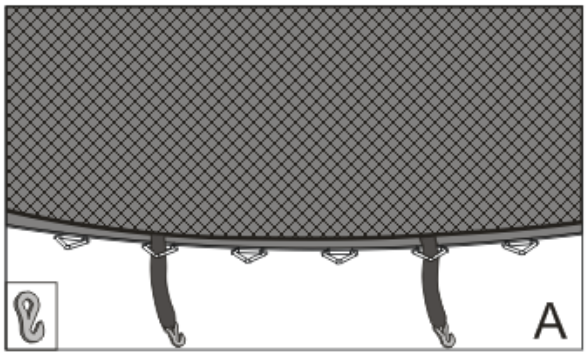
B4: Posizionare correttamente le cinghie e stringerle regolandone la lunghezza.

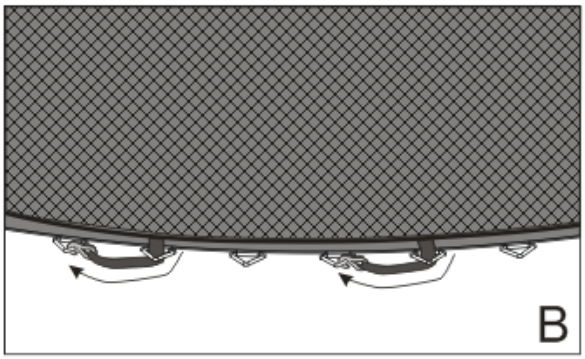




B3: Ripetere le fasi B1 e B2 per fissare tutte le cinghie







A Infilare il gancio elastico attraverso l'anello a forma di V del materasso

B. Successivamente inserire l'altra estremità del gancio nell'altro anello a forma di V, come illustrato sugli schemi A e B.

Importante

Attenzione! Non adatto ai bambini di età inferiore a 36 mesi per la presenza di piccole parti che possono essere ingerite e/o inalate. Pericolo di soffocamento. Presenza di lunghe corde che possono causare strangolamento. I modelli e i colori possono variare rispetto alla confezione. Conservare le istruzioni e l'imballaggio per futura referenza. Rimuovere tutti gli elementi dell'imballaggio ed ogni altra componente non facente parte del giocattolo prima di consegnare il prodotto al bambino.

9. ⚠ CONSIGLI IMPORTANTI RIGUARDO L'UTILIZZO

- Al primo utilizzo del trampolino, gli utilizzatori devono concentrarsi sull'apprendimento delle posizioni di base del corpo.

- Durante la fase di apprendimento, gli utilizzatori devono praticare e perfezionare queste tecniche di base. La decelerazione o la pratica di arresto di salto deve essere effettuata per prima ed essere utilizzata come misura di sicurezza. Gli utilizzatori devono saper interrompere il salto appena cominciano a perdere l'equilibrio o a perdere il controllo del salto. Piegare le ginocchia all'atterraggio in modo tale da assorbire l'energia del salto. In questo modo gli utilizzatori possono interrompere il salto immediatamente ed evitare qualsiasi perdita di controllo.

- Il salto più sicuro e controllato è quello in cui l'utilizzatore ricade nello stesso punto da cui si è lanciato. L'utilizzatore può imparare questo esercizio solo ripetendolo regolarmente. L'utilizzatore non deve mai tentare di effettuare un esercizio più difficile prima di saper controllare tutti gli esercizi imparati precedentemente.

- NON rimbalzare intenzionalmente sulla rete di sicurezza, non appendersi, non calciare, non tagliare o scavalcare la barriera.

- Gli utilizzatori non devono indossare indumenti che potrebbero impigliarsi nel prodotto (ad es. capi di abbigliamento ingombranti, cordoni, borse a tracolla, gioielli.) I principianti devono indossare indumenti adatti a proteggere il corpo (gomiti e ginocchia in particolare) da ferite o abrasioni (camicie e pantaloni lunghi) finché saranno in grado di controllare regolarmente il salto.

- Per salire e scendere dal trampolino appoggiare una mano sul supporto per aiutarsi a salire o scendere dal materasso di salto. Non salire o scendere dal trampolino saltando direttamente dal o sul supporto. Per scendere gli utilizzatori devono andare verso il bordo esterno del materasso di salto, piegarsi in avanti, appoggiare le mani sul supporto e scendere a terra. Non scendere saltando a terra dal trampolino.

- I salti più audaci sono sconsigliati. Acquisire tutte le competenze di salto effettuando dei salti normali. Prestare maggior attenzione al controllo del salto rispetto all'altezza. L'utilizzatore non può saltare da solo e senza la sorveglianza di un adulto.

10. GUIDA DEGLI ESERCIZI

SALTI DI BASE

RIMALZARE IN PIEDI

1. Cominciare al centro del materasso, piedi e spalle divaricate, braccia sui lati con lo sguardo verso l'estremità del materasso.
2. Quando ci si lancia verso l'alto, sollevare le braccia e riportarle vicino al corpo, formano un movimento circolare delle braccia.
   Riunire i piedi durante il salto e puntare le dita dei piedi verso il basso. Mantenere i piedi e le spalle ben divaricati quando si ricade sul materasso. Le braccia non devono mai sollevarsi sopra le spalle o dietro la schiena.

RIMBALZARE SUL VENTRE

1. Innanzitutto, prendere la posizione per rimbalzare sulle mani e sulle ginocchia. Cominciare a rimbalzare delicatamente in questa posizione, dopodiché lanciare le gambe indietro per atterrare sul ventre portando il peso sugli avambracci come illustrato sul disegno. Assicurarsi di rilanciarsi all'**indietro, non in avanti** e ritrovare la posizione iniziale sulle mani e sulle ginocchia.
2. Con un piccolo rimbalzo, lanciandosi indietro, cercare di atterrare sul ventre nel punto in cui si trovavano i piedi.

RIMBALZARE SULLE GINOCCHIA

1. Innanzitutto mettersi in ginocchio al centro del materasso con la **schiena diritta** e lo sguardo puntato sull'estremità del materasso.
2. Lanciare le braccia con un movimento circolare come per il salto in posizione eretta e rimbalzare sulle ginocchia.
3. Ritrovare la posizione iniziale dopo un piccolo rimbalzo.

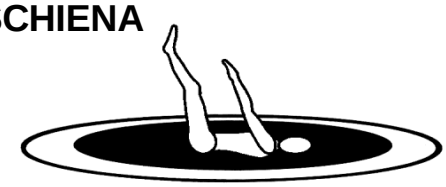
RIMBALZARE SULLE MANI E SULLE GINOCCHIA

1. Innanzitutto, prendere la posizione illustrata sullo schema, tenendo la testa alta, con lo sguardo verso l'estremità de materasso.
2. Riprendere questa posizione dopo un piccolo rimbalzo. Tenere le mani vicino alle ginocchia, come illustrato.

RIMBALZARE IN POSIZIONE SEDUTA

1. Innanzitutto sedersi al centro del materasso con gambe divaricate e le mani appoggiate sul materasso,stando leggermente inclinati in avanti.
2. Dopo un piccolo rimbalzo, riprendere questa posizione iniziale. Per tornare in piedi, assicurarsi di piegarsi in avanti e appoggiarsi sulle mani.

RIMBALZARE SULLA SCHIENA



1. Sdraiarsi sulla schiena, divaricare leggermente le gambe e sollevarle a circa 45 gradi rispetto alla superficie del materasso. Sollevare le braccia con la stessa angolazione, sollevare la testa e guardare verso l'estremità del trampolino. Questa è la posizione di atterraggio.
2. Fare un piccolo rimbalzo assicuradosi di non perdere di vista la barra di estremità del trampolino. Il peso deve essere portato più sulle spalle che sui fianchi.

POSIZIONE RIPIEGATA

Rimbalzo effettuato come in posizione eretta ma **quando si è in salto** riportare le ginocchia verso il petto e afferrarle con le braccia. Rilasciare poi le gambe e ricadere in piedi.

Rimbalzo effettuato come in posizione eretta ma durante il salto spiegare il proprio corpo inarcando i reni e guardando momentaneamente il cielo.

CAPRIOLA

MEZZA CAPRIOLA:
Rimbalzo effettuato in piedi, ma **quando si è in salto**, ruotare rapidamente la testa e guardare dal lato opposto del trampolino. Ricadere in piedi.

CAPRIOLA COMPLETA:
procedere come riportato qui sopra, ma continuare a ruotare il corpo fino a ruotare completamente. Guardare il bordo del materasso quando si termina il giro.

GAMBE TESE

Rimbalzo effettuato come in posizione eretta ma **quando si è in salto** tenere le ginocchia strette e puntare le dita e i piedi in avanti. Dopodiché spiegare le gambe come illustrato, e ricadere in piedi.

A CAVALCIONI

Rimbalzo effettuato con le gambe piegate ma divaricando le gambe il più possibile cercando di raggiungere le dita dei piedi con le braccia.

11. MANUTENZIONE

Questo trampolino è stato concepito e fabbricato con materiali di qualità e da una manodopera professionale. Se viene conservato con cura e in modo corretto questo offrirà agli utilizzatori anni di esercizio e di divertimento. Seguire le seguenti indicazioni per un corretto utilizzo e manutenzione:

Peso Limite: Il peso massimo dell'utilizzatore è 45 KG. Età variabile dai 3 agli 8 anni. Solo una persona per volta deve stare sul trampolino.
Per evitare che il materasso del trampolino si tagli o si danneggi, impedire a tutti gli animali domestici di salire sul materasso. Gli utilizzatori non devono indossare o portare sul tappeto elastico oggetti appuntiti. Tutti gli oggetti taglienti o appuntiti devono essere sempre tenuti fuori dal trampolino.

Controllare sempre il trampolino prima di ogni utilizzo verificando che non ci siano pezzi usati, danneggiati o mancanti. In particolare fare attenzione a:

- Bucature, fori o usure del materasso del trampolino
- Cedimento del materasso del trampolino
- Cuciture allentate o qualsiasi altro deterioramento del materasso
- Pezzi del supporto piegati o rotti, come ad esempio i piedi
- Molle rotte, mancanti o danneggiate
- Cuscino di protezione del telaio mancante o non fissato saldamente
- Sporgenza di qualsiasi tipo (soprattutto appuntita) sul telaio, sulle molle o sul materasso
- Stato dei bulloni e dei dadi del trampolino

SE SI RISCONTRA UNA DELLE CONDIZIONI RIPORTATE QUI SOPRA O QUALSIASI ALTRO ELEMENTO CHE POSSA PROVOCARE FERITE, IL TRAMPOLINO DOVRA' ESSERE SMONTATO E IL SUO UTILIZZO VIETATO FINCHE' I DANNI NON SARANNO STATI RIPARATI.

Contact fabricant : info@kangui.com

12. RIPORRE, CONSERVARE E TRASPORTARE IL TRAMPOLINO

- **ATTENZIONE!** Durante lo smontaggio del trampolino fare attenzione a non ferirsi con gli attrezzi e le molle sotto tensione che possono distendersi bruscamente. Vi invitiamo a tenerli saldamente dopo aver indossato un paio di guanti.
- Prima di riporre il trampolino fare attenzione ad asciugarlo completamente.
- Riporre il trampolino nella sua confezione di origine facendo attenzione a proteggere il tappeto di salto. Non premere sui cuscini di protezione della struttura metallica per evitare di danneggiare la spugna o bucare il rivestimento in PVC.
- NOTA: Vi consigliamo di riporre il trampolino in un luogo asciutto e al riparo da intemperie.
- Fare attenzione a conservare tutte le viti e i dadi necessari all'assemblaggio del trampolino.
- **ATTENZIONE!** Non trasportare il cartone tenendolo dalle cinghie di rinforzo. Trasportare il cartone tenendolo dalla base.

13. PULIZIA

Non utilizzare prodotti abrasivi per pulire il trampolino; utilizzare un panno morbido e umido per pulire la sporcizia e la polvere.

14. CONSIGLI PER LO SMALTIMENTO

Imballaggio:
Questo prodotto è fornito con un imballaggio che lo protegge dai danni durante il trasporto. I materiali d'imballaggio sono composti di materiale non trattato riciclabile. Gettare gli imballaggi a seconda della natura del materiale

Se si desidera gettare il prodotto seguire le norme sul riciclaggio. Contattare le autorità municipali per ottenere maggiori informazioni.

ESPAÑOL

MANUAL DE INSTRUCCIONES

CAMA ELÁSTICA DE 2m/2.44m/3m/3.60m/4.30m

¡¡¡LEA PRIMERO ESTE MANUAL!!!

Leer atentamente y conservar para futuras consultas

Enhorabuena por la compra de esta cama elástica. Estamos seguros de que este producto le dará plena satisfacción.

Para garantizar el buen funcionamiento de este producto, lea las siguientes instrucciones:

- Antes de utilizar este producto, lea atentamente este manual de instrucciones.
- El producto está equipado con sistemas de seguridad. Sin embargo, lea las instrucciones de seguridad siguientes y utilice el producto tal y como se describe en este manual para evitar todo tipo de lesiones y riesgos.
- Este manual forma parte del producto, consérvelo para futuras referencias.
- Si le entrega este producto a otra persona, también tendrá que entregarle este manual de instrucciones.

1. Asegúrese de que la cama elástica esté bien colocada sobre una superficie horizontal. Un truco simple para comprobarlo: colocar un muelle sobre la cruz de centrado de la lona de salto y ajustar el nivel de la cama elástica hasta que el muelle deje de rodar y quede en el centro de la lona.

2. Diseñada para el exterior y no para el interior, esta cama elástica debe ser instalada y utilizada sobre superficies con hierba o superficies flexibles como la arena. El uso sobre una superficie dura acelera el desgaste de la parte inferior de los pies. Son necesarias de 2 a 4 personas (según el tamaño) para desplazar la cama elástica. Levantarla por el armazón, y comprobar al volver a colocarlo que los pies y las patas de la cama elástica estén bien colocados.

3. Cualquiera que sea el lugar donde se instale la cama elástica, es necesario el uso de una jaula de seguridad rodeando la cama elástica. La red de la jaula de seguridad sirve para detener un desplazamiento lateral, y en ningún caso para servir de "muro de escalada".

4. Coloque la cama elástica en un lugar bien iluminado. Asegúrese de que existe un espacio libre por encima de la cama de **7m para todo tipo de usos.**

5. Mantenga el área alrededor y debajo de la cama elástica constantemente despejada, sin ningún objeto cerca.

6. El uso del borde de protección es obligatorio. Compruebe que este último esté bien fijado al armazón y que todos los muelles colocados estén con el gancho de la anilla apuntando hacia abajo.

7. Inspeccione la cama elástica antes de cada uso y sustituya toda pieza rota, defectuosa o que falte por una pieza original. Le recomendamos que realice correctamente estas comprobaciones, sobre todo al inicio de temporada, y que compruebe también que las tuercas y tornillos estén correctamente apretados.

8. Asegúrese de que la lona de salto esté limpia y seca para evitar los riesgos de deslizamiento.

9. La cama elástica no puede ser utilizada con viento fuerte. En caso de aviso de tormenta, le recomendamos retirar la jaula de seguridad así como el borde de protección para evitar que el viento dañe la cama elástica.

10. Cuando no utilice la cama elástica, procure que los niños no puedan acceder a ésta, retirando la escalera de acceso, por ejemplo.

11. Debe retirar la cubierta acolchada y la funda de PVC cuando nieva.

12. Retire la nieve acumulada sobre la lona de forma que los muelles y la lona no resulten dañados por el peso de la nieve.

13. Limpie la cama elástica con agua clara exclusivamente. No utilice jabón ni productos limpiadores abrasivos.

ÍNDICE

1.....DATOS TÉCNICOS 43
2. INSTRUCCIONES GENERALES DE SEGURIDAD 44
2.1.....USO 44
2.2..... PELIGRO PARA LOS NIÑOS 44
2.3..... ATENCIÓN – RIESGO DE LESIONES 44
2.4.....ATENCIÓN – PRECAUCIONES CONTRA LOS DAÑOS 44
2.5.....CONSEJOS PARA EL MONTAJE 45
3..... ⚠ INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD 46
3.1.....TIPOS DE ACCIDENTES 49
3.2.....MÉTODOS DE PREVENCIÓN DE ACCIDENTES 49
4.....LISTA DE PIEZAS E INSTRUCCIONES DE MONTAJE 50
5LISTA DE PIEZAS E INSTRUCCIONES DE MONTAJE DE LA RED 53
6.....⚠ CONSEJOS IMPORTANTESRELATIVOS AL USO 56
7..... GUÍA DE EJERCICIOS 57
8..... MANTENIMIENTO 59
9..... ALMACENAMIENTO Y TRASLADO DE LA CAMA ELÁSTICA 60
10.....LIMPIEZA 60
11.....CONSEJOS PARA LA ELIMINACIÓN DEL PRODUCTO 60

15. DATOS TÉCNICOS

Especificaciones del producto

Pieza	Elemento	2m	2.44m	3.00m	3.60m	4.30m
Cubierta del armazón	**A**	1	1	1	1	1
Lona de salto	**B**	1	1	1	1	1
Borde superior	**C**	6	6	6	8	8
Muelle	**D**	36	48	60	72	88
Pierna	**E**	0	6	6	8	8
Tornillo	**F**	6	6	6	8	8
Pie en forma de W	**G**	3	3	3	4	4
Herramienta	**H**	1	1	1	1	1

Peso máximo		2m	2.44m	3.00m	3.60m	4.30m
Tamaño		Ø1.98m /Ht 2.10m	Ø2.44m /Ht 2.38m	Ø3.00m /Ht 2.38m	Ø3.65 /Ht 2.66m	Ø4.27m /Ht 2.69m
Peso neto		32kg	38.5kg	49kg	57kg	67kg

16. ⚠ INSTRUCCIONES GENERALES DE SEGURIDAD

2.1 USO

- Atención: Reservado para un uso privado. Este producto ha sido diseñado exclusivamente para un uso doméstico y no está destinado a un uso comercial o médico. Las camas elásticas recreativas no son para uso profesional y está prohibido realizar saltos distintos a aquellos descritos en las lecciones de saltos básicos.

2.2 PELIGRO PARA LOS NIÑOS

- **¡ATENCIÓN! No apto para niños menores de 36 meses.**
- **¡ADVERTENCIA! Las camas elásticas con una altura superior a 51 cm (20 pulgadas) no están recomendados para niños menores de seis años.**
- Los niños no son conscientes de los peligros potenciales que representa este producto. Procure que los niños se mantengan alejados de la cama elástica. Esta debe ser guardada en un lugar fuera del alcance de los niños y los animales de compañía.
- La cama elástica debe ser **utilizada** bajo la supervisión de un adulto.
- No deje a los niños cerca de la cama elástica sin vigilancia. Realice los ajustes apropiados en la cama elástica usted mismo o supervise dicha activad.
- Tenga en cuenta que los materiales de embalaje no son adecuados para los niños ya que pueden suponer un riesgo de asfixia.

2.3 ATENCIÓN – RIESGO DE LESIONES

- No utilice este producto si está dañado o defectuoso. Si es así, consulte a un técnico cualificado o a nuestro servicio posventa.
- Inspeccione la cama elástica antes de cada uso. Las piezas defectuosas deben ser cambiadas inmediatamente ya que pueden afectar el buen funcionamiento y la seguridad del producto.
- No permita nunca que más de una persona a la vez utilice la cama elástica.
- Instale la cama elástica sólo sobre una superficie horizontal y no resbaladiza. No instale nunca la cama elástica cerca del agua y mantenga un espacio de seguridad suficiente.
- Tenga cuidado con las piezas móviles con las cuales se podría atrapar un brazo o una pierna. No introduzca ningún objeto por las aberturas del producto.

2.4 ATENCIÓN – PRECAUCIONES CONTRA LOS DAÑOS

- No modifique el producto y utilice solo piezas **originales**. Tan solo técnicos cualificados deben realizar las reparaciones. Cualquier reparación incorrecta podría producir un riesgo de peligro. Utilice **el producto** exclusivamente de la forma descrita en este manual.
- Proteja la cama elástica contra las salpicaduras, la humedad, las altas temperaturas y el sol.

2.5 CONSEJOS PARA EL MONTAJE

- El montaje del producto debe ser cuidadosamente realizado por tres adultos.
- Antes de empezar el montaje, leer atentamente las instrucciones y seguir las instrucciones de montaje.
- Retirar todos los materiales de embalaje y colocar todas las piezas en un espacio vacío. Esto proporcionará una visión de conjunto y facilitará el proceso de montaje.
- Comprobar ahora, con la lista de piezas, si no falta ninguna pieza. Desechar los materiales de embalaje una vez completado el montaje.
- Tomar precauciones cuando se utilizan herramientas y durante los trabajos técnicos, ya que siempre existe un riesgo de lesión. Así pues, realizar cuidadosamente el montaje.
- Crear un entorno sin peligros, por ejemplo, no dejar las herramientas esparcidas en el área de trabajo. Guardar los materiales de embalaje de forma que no representen ningún peligro. Las bolsas de plástico son peligrosas para los niños (riesgo de asfixia).
- Después de haber instalado el producto siguiendo las instrucciones del manual, asegurarse de que todos los tornillos, pernos y tuercas están correctamente colocados y apretados y que todas las juntas están bien seguras.
- Es necesario un espacio libre de al menos 7 m por encima de la cama elástica. Se debe conservar un espacio libre apropiado entre la cama elástica y todas las posibles fuentes de peligro, como cables eléctricos, ramas de árboles, equipos de juego, piscinas y vallas, muros, estructuras, ladrillos y otras áreas de juego.
- La cama elástica debe ser instalada correctamente antes de su uso.
- No instalar nunca la cama elástica con lluvia, bajo un fuerte viento o una tormenta, sobre todo con rayos. Se recomienda desmontar la cama elástica y guardarla cuando las condiciones climatológicas son malas.
- El armazón de metal de la cama elástica es un conductor eléctrico. Los rayos, los cables de alimentación y todos los equipos eléctricos nunca deben ponerse en contacto con la cama elástica.
- La cama elástica debe ser utilizada siempre en una zona bien iluminada.
- No debe colocarse ningún objeto debajo de la cama elástica.
- La cama elástica no debe ser utilizada cerca de otros equipos de juego o de construcción.
- Utilizar guantes de protección para el montaje y el desmontaje de la cama elástica.
- Asegurarse de que el armazón de la lona está correcta y sólidamente colocado.

3 ⚠ INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

- Tan solo una persona puede esta subida en la cama elástica. Los niños menores de 6 años pueden utilizar la cama elástica únicamente bajo la atenta supervisión de una persona adulta. Varias personas saltando al mismo tiempo sobre la cama elástica aumentan el riesgo de pérdida de control, colisión o caída. ¡Esto puede resultar en lesiones graves!

- No caiga sobre la cabeza o el cuello. Esto podría causar una parálisis o la muerte, incluso si cae en el centro de la lona.

- No intente nunca dar volteretas peligrosas para evitar todo riesgo de caer sobre la cabeza o el cuello.

- Inspeccionar la cama elástica antes de cada uso. Sustituir toda pieza desgastada, defectuosa o que falte.

- No utilizar la cama elástica sin vigilancia, independientemente de la edad y la experiencia.

- Las instrucciones de seguridad de la cama elástica deben ser siempre tenidas en cuenta y respetadas. El uso de la cama elástica puede producir riesgos de lesiones graves, incluidas lesiones permanentes tales como parálisis, o incluso la muerte.

- Incluso los rebotes sobre la cama elástica pueden producir lesiones, especialmente en la espalda, el cuello o la cabeza. Los saltos peligrosos debe ser evitados. Nunca, bajo ninguna circunstancia, se debe permitir que más de una persona utilice la cama elástica al mismo tiempo.

- Ni la empresa, ni los fabricantes y proveedores serán considerados responsables por cualquier tipo de daño directo, indirecto o especial, causado durante el uso de la cama elástica o en relación con el producto.

- Esto también se aplica a las pérdidas financieras por robo, pérdida de bienes, pérdida de ingresos / servicios y beneficios, la pérdida de satisfacción por el producto, los costes de instalación, la eliminación del producto, los daños causados por las intemperies y el medio ambiente así como cualquier otro tipo de daños.

- Cualquier defecto de fabricación identificable debe ser indicado inmediatamente por el distribuidor o el fabricante/ importador y debe ser reparado inmediatamente para un uso posterior. El comprador/ usuario de la cama elástica debe examinar regularmente el producto para prevenir todo tipo de desgaste o daño.

- No llevar nunca ropa con ganchos y otros objetos susceptibles de quedar atrapados en la cama elástica.

- La cama elástica solo debe ser instalada sobre una superficie plana.

- Los vientos fuertes pueden desplazar la cama elástica. Si se prevén vientos de fuerte intensidad, la cama elástica debe ser trasladada a un lugar protegido, y desmontada o fijada al suelo mediante cuerdas y espigas. Son necesarios al menos tres anclajes. No fijar los pies de la cama elástica al suelo ya que podrían ser arrancados de las cavidades del armazón.

- Procure no desplazar la cama elástica una vez montada ya que podría torcerse durante el traslado. Si es necesario trasladar la cama elástica, tenga en cuenta lo siguiente:
  1.) Deben haber al menos 4 personas distribuidas alrededor del armazón para levantar la cama elástica del suelo.
  2.) La cama elástica debe ser llevada horizontalmente.
  3.) Sea prudente durante el traslado ya que el armazón puede doblarse. Por este motivo es necesario que 4 personas levanten la cama elástica al mismo tiempo.

- La cama elástica es un equipo diseñado para saltar, lo que permite al usuario saltar a unas alturas inusuales así como una multitud de movimientos corporales. Algunos saltos sobre la cama elástica, una caída sobre el armazón o un rebote incorrecto pueden producir lesiones.

- Todos los usuarios deben leer las recomendaciones del fabricante para asegurarse de que utilizan el equipo correctamente.

- Para garantizar un uso seguro y placentero de la cama elástica, todos los usuarios han de familiarizarse con el manual de montaje. Este manual contiene indicaciones de montaje, algunas medidas de seguridad, así como recomendaciones para el mantenimiento y la limpieza de la cama elástica.

- Es responsabilidad del propietario o del vigilante garantizar que todos los usuarios de la cama elástica estén debidamente informados de todas las advertencias e instrucciones de seguridad.

- Utilice la cama elástica únicamente si la lona de salto está seca.

- No utilice escaleras u otros medios de acceso.

- Si se utiliza una escalera, asegurarse de que la escalera está diseñada de forma que pueda ser fácilmente retirada o no accesible.

- No utilizar la cama elástica bajo la influencia de alcohol o drogas.

- No utilizar la cama elástica durante el embarazo.

- No utilizar la cama elástica en caso de hipertensión o enfermedades cardiovasculares.

- No fumar mientras se utiliza la cama elástica.

- Retirar todos los objetos punzantes o cortantes de la cama elástica y del usuario para utilizar la cama elástica.
- No comer ni beber durante el uso de la cama elástica.
- Evitar saltar muy alto durante mucho tiempo.
- Saltar siempre en el centro de la lona.

Seguridad de los niños: *Para evitar todo riesgo de caída y estrangulamiento, salir únicamente por la puerta y tomar las precauciones necesarias.
*Ayudar a los niños a entrar y salir por la red de seguridad.

Consejo al (los) vigilante(s):

- Respete todas las reglas de seguridad y familiarícese con las informaciones dadas en el manual de instrucciones.
- Todos los usuarios de la cama elástica deben ser vigilados, independientemente de la edad y la experiencia del usuario.
- Esta cama elástica no está recomendada para los niños menores de 6 años.
- La cama elástica solo puede utilizarse si la lona de salto está limpia y seca. Una lona usada o dañada debe ser sustituida inmediatamente.
- Los objetos que podrían resultar peligrosos para el usuario deben ser retirados.
- Evite todo uso no autorizado y no vigilado de la cama elástica.
- No utilice la cama elástica si está bajo los efectos del alcohol o las drogas (incluidos los medicamentos).
- Ejercítese practicando los saltos básicos y las distintas posturas del cuerpo antes de intentar saltos más difíciles.
- Deténgase flexionando las rodillas cuando los pies entren en contacto con la cama elástica. Esta técnica debe ser practicada cuando se empieza a aprender los rebotes básicos. Esta técnica de parada debe ser utilizada cada vez que se pierde el equilibrio o el control de un movimiento anterior, o si se está empezando a aprender a saltar en la cama elástica. De lo contrario, se aumenta el riesgo de lesiones al caer sobre el armazón o sobre los muelles, o completamente fuera de la cama elástica ya que podría perder el control del salto. Se considera que un salto está controlado cuando se rebota en el mismo lugar donde se cogió impulso. Si pierde el control al saltar sobre la cama elástica, doble bruscamente las rodillas al caer, esto le permitirá retomar el control y detener el rebote.
- Para subir a la cama elástica, trepe hasta ella, no salte directamente sobre la cama elástica. No utilice la cama elástica como trampolín para saltar hacia otro objeto.
- Para más información o para obtener un programa de ejercicios adaptado, consulte con un profesor autorizado.

Como cualquier otro deporte activo, el uso de la cama elástica puede provocar lesiones. Existen varias formas de reducir los riesgos de lesiones. En los párrafos siguientes se explican las causas fundamentales de los accidentes potenciales y se ofrece asesoramiento sobre la responsabilidad de los vigilantes y los medios para evitar los accidentes de los usuarios.

3.1 TIPOS DE ACCIDENTES

Saltos mortales (volteretas): Una caída sobre la cabeza o el cuello, aunque sea en el centro de la cama elástica, aumenta el riesgo de lesiones en el cuello y la espalda, lo cual puede conducir a una parálisis, o incluso la muerte. Esto puede producirse si el usuario comete un error y cae hacia delante o hacia atrás. No deben realizarse saltos mortales (piruetas) sobre esta cama elástica.

El riesgo de lesiones aumenta si varias personas saltan al mismo tiempo sobre la cama elástica ya que pueden perder más fácilmente el control de su salto. Los usuarios pueden chocar unos contra otros, caerse de la cama elástica, rebotar de forma incorrecta sobre la lona de salto o caer unos sobre otros. En este caso, los usuarios con menos peso tienen mayores probabilidades de resultar lesionados.

Subir y bajar de la cama elástica: La lona de la cama elástica está colocada a un metro más o menos por encima del suelo. Saltar de la cama elástica al suelo o sobre otra superficie puede producir lesiones. Saltar sobre la cama elástica desde el tejado de un edificio, una terraza o cualquier otro objeto puede producir lesiones. Los niños necesitan ayuda para subir y bajar de la cama elástica. Tenga cuidado al subir y bajar de la cama elástica. No ande sobre el relleno o sobre el armazón. No utilice el armazón para subir o bajar de la cama elástica.

Golpear el armazón o los muelles: Para saltar sobre la cama elástica, PERMANEZCA en el centro de la lona. Esto reducirá el riesgo de lesiones al caer sobre el armazón o sobre los muelles. Asegúrese de que la protección del armazón cubre totalmente este último. NUNCA salte directamente sobre la protección del armazón ya que no ha sido diseñada para soportar el peso de una persona.

Pérdida de control: Si un usuario pierde el control de su salto, puede aterrizar de forma incorrecta sobre la lona, sobre el armazón o sobre el relleno de protección o incluso fuera de la cama elástica. Un salto controlado es aquel en el que el punto de rebote es el mismo que el punto de salto. Antes de intentar saltos más difíciles, se debe controlar perfectamente y de forma continua el salto básico. Si el usuario intenta un salto que supera sus capacidades, está exponiéndose a un riesgo de pérdida de control. Para recuperar el control del salto y aterrizar correctamente, las rodillas deben estar totalmente flexionadas en el momento del aterrizaje.

Bajo la influencia de drogas y alcohol: El riesgo de lesiones aumenta si se está bajo la influencia de alcohol o drogas. Estas sustancias reducen el tiempo de reacción, deforman la capacidad de juicio, disminuyen la sensibilización al espacio, la coordinación y la motricidad del usuario.

Choque con objetos: NO utilice la cama elástica si hay animales domésticos, otras personas o cualquier otro objeto sobre la cama elástica. Esto podría producir un riesgo de heridas. No salte llevando un objeto, sobre todo si es cortante o frágil y no coloque la cama elástica demasiado cerca de cables eléctricos, ramas de árboles o cualquier otro obstáculo que aumentaría el riesgo de lesiones.

Mantenimiento incorrecto de la cama elástica: Los usuarios pueden resultar heridos si la cama elástica está en mal estado. Una lona desgarrada, un armazón doblado o la ausencia de cubierta de protección suponen un peligro y deben ser remediados antes de utilizar la cama elástica. La cama elástica debe ser inspeccionada antes de cada uso.
Condiciones climáticas: Una lona de salto húmeda resulta demasiado resbaladiza para saltar con seguridad. Las ráfagas de viento fuerte pueden suponer una pérdida de control del salto. Para reducir los riesgos de daño, la cama elástica debe ser utilizada únicamente con condiciones meteorológicas favorables.

3.2 MÉTODOS DE PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

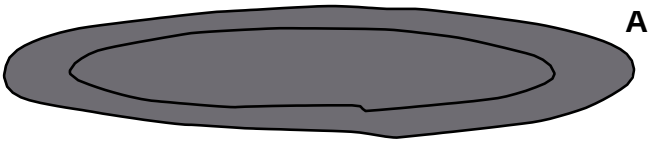
Papel del usuario para la prevención de accidentes:
Es necesario que el usuario tenga un conocimiento básico de la cama elástica para garantizar su seguridad. Todos los usuarios deben aprender en primer lugar la forma correcta de realizar un salto controlado así como las posturas y movimientos fundamentales, antes de pasar a ejercicios de salto más

complicados. Los usuarios deben saber por qué han de controlar su salto, antes de que puedan ejecutar otros movimientos. Un salto controlado es aquel en el que se rebota en el mismo punto donde se saltó. La primera lección es la comprensión del orden correcto en el desarrollo de las habilidades de salto sobre una cama elástica. Para más información o para conseguir una programa de ejercicios adaptados, consulte con un profesor autorizado.

Papel del vigilante en la prevención de accidentes:
El vigilante es el responsable de facilitar los consejos y la información necesarios a todos los usuarios de la cama elástica. Las reglas y las advertencias indicadas en este manual deben ser aplicadas y conocidas por los usuarios de la cama elástica, con el fin de reducir los riesgos de accidentes y de heridas. Si la vigilancia no es posible o es insuficiente, la cama elástica debe ser desmontada y almacenada en un lugar protegido contra todo uso no autorizado.

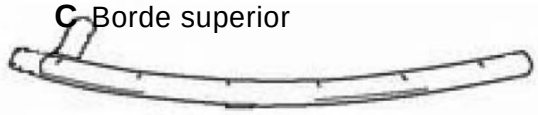
4 LISTA DE PIEZAS E INSTRUCCIONES DE MONTAJE

PIEZAS	**Elemento**
Cubierta del armazón	A
Lona de salto	B
Borde superior	C
Muelles	D
Pierna	E
Pie en forma de W	F
Tornillo	G
Herramientas	H



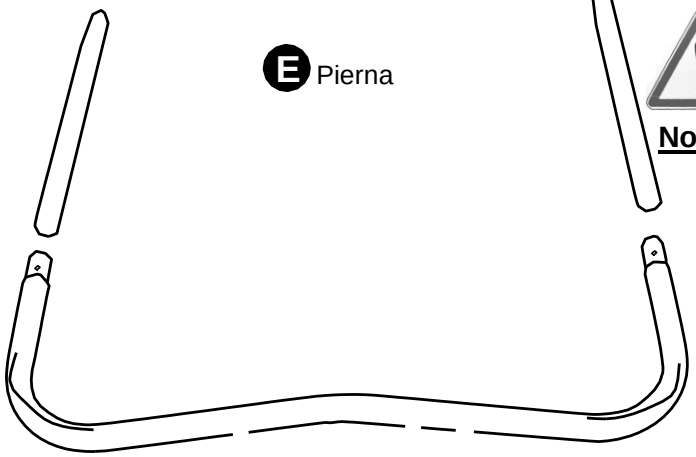
A Cubierta del armazón

B Lona de salto



C Borde superior

D Muelles



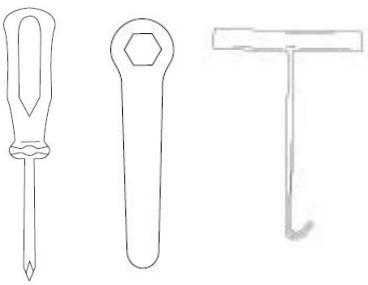
E Pierna

No pierna en 2m

F Pie en forma de W

G Tornillo

H Herramientas

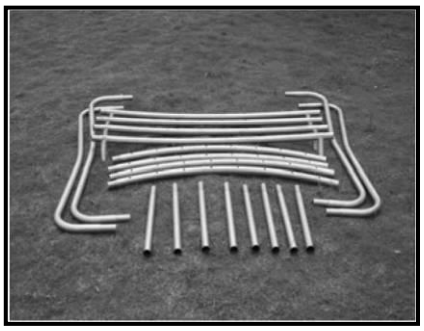


MONTAJE DEL ARMAZÓN

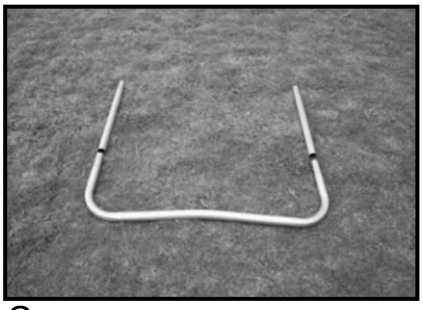
ESPAÑOL

Consulte la LISTA DE PIEZAS para identificar las piezas.

ADVERTENCIA: Es necesaria la presencia de 3 adultos en buena forma física para realizar el montaje. Utilice calzado adecuado y mantenga el equilibrio para evitar las caídas. Recomendamos el uso de guantes para evitar los riesgos de pellizco o de corte. El hecho de no seguir con exactitud todas las instrucciones y advertencias puede ocasionar lesiones graves.

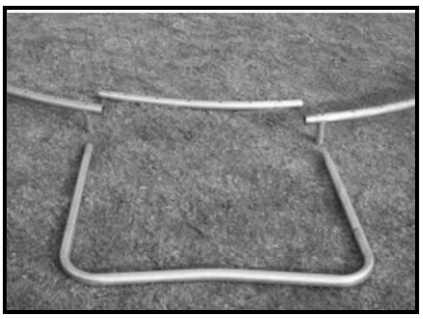


1 Exponer todas las piezas de la cama elástica formando grupos (como se muestra en la foto).



2 Empezar, la fijación de las pie en forma de W en el suelo (A excepción de los 2 m de trampolín)

3 Continuar hasta formar un gran círculo. La conexión de la última unión puede requerir dos o tres adultos en buena forma física. Con otra persona que sujete el extremo opuesto, unir sólidamente los dos lados del círculo.



4 Fijar el pie en forma de “W” al armazón. Este es la fase CLAVE: el borde B (la pieza corta sin tubos soldados) debe estar firmemente insertada dentro del montaje del pie en forma de “W”, esto es muy importante (como se muestra en la foto)

5 Unir de pies fijándolos de forma segura

6 Unir el pie en forma de «W» al armazón y fijarlo con los tornillos.

7 El montaje del armazón está terminado

MONTAJE DE LA LONA Y DE LA CUBIERTA ACOLCHADA

8 Orientando las costuras hacia abajo, extender la lona sobre el armazón colocar un muelle en una de las anillas triangulares de la lona. Después fijar el muelle con la anilla al armazón.
ADVERTENCIA: La cama elástica presenta una fuerte tensión, puede ser necesario un esfuerzo suplementario para fijar los muelles al armazón. Procure no resbalar ni atraparse los dedos, pues podría producirse lesiones graves.

9 Repita el punto anterior directamente en el lado opuesto al primer muelle colocado. Después, coloque otros dos muelles a media distancia entre los dos primeros, directamente opuestos el uno del otro.

10 Utilice la herramienta suministrada tal y como se indica.

11 Los muelles con fuerte tensión pueden requerir la colocación de muelles adyacentes cada cuatro o cinco agujeros, lo cual equilibra la tensión sobre los muelles.

12 Conectar los muelles restantes hasta que estén todos bien fijados al armazón.

13 Extender la cubierta acolchada azul sobre los bordes exteriores de forma que todos los muelles queden bien cubiertos, como si se tratase de un gorro de baño.

14 Atar las correas negras al borde del armazón. No atarlas a los muelles.

15 ¡Y eso es todo! La cama elástica está lista para el uso.

Para desmontar la cama elástica, repita los pasos de 1 a 15 en sentido inverso. Tenga cuidado de no lesionarse con las herramientas y los muelles que están con una gran tensión y pueden ceder bruscamente. Le recomendamos que los sujetes con firmeza y que utilice guantes para evitar los pellizcos.

ESPAÑOL

MONTAJE DE LA RED DE SEGURIDAD

5 LISTA DE PIEZAS E INSTRUCCIONES DE MONTAJE DE LA RED

1. CONTENIDO DEL EMBALAJE:

Número de referencia	Descripción	3.60m/4.30m (4 pies)	2m/2.44m/3m (3 pies)
1	Tubo de acero	8 PIEZAS	6 PIEZAS
2	Tubo de acero	8 PIEZAS	6 PIEZAS
3	Tornillo	16 PIEZAS	12 PIEZAS
4	Arandela de tornillo	16 PIEZAS	12 PIEZAS
5	Espaciadores	16 PIEZAS	12 PIEZAS
6	Tuerca	16 PIEZAS	12 PIEZAS
7	Protector de tuerca	16 PIEZAS	12 PIEZAS
8	Capucha	8 PIEZAS	6 PIEZAS
9	Red de seguridad	1 PIEZA	1 PIEZA
10	Tapón	8 PIEZAS	6 PIEZAS
11	Cubierta del montante	8 PIEZAS	6 PIEZAS

2. ILUSTRACIÓN DE LAS PIEZAS:

TUBO:

1.

2.

3.Tornillo

4.Arandela de tornillo

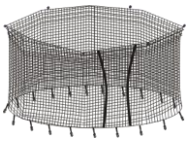
5. Espaciador

6.Tuerca

7. Protector de tuerca

8.Capucha

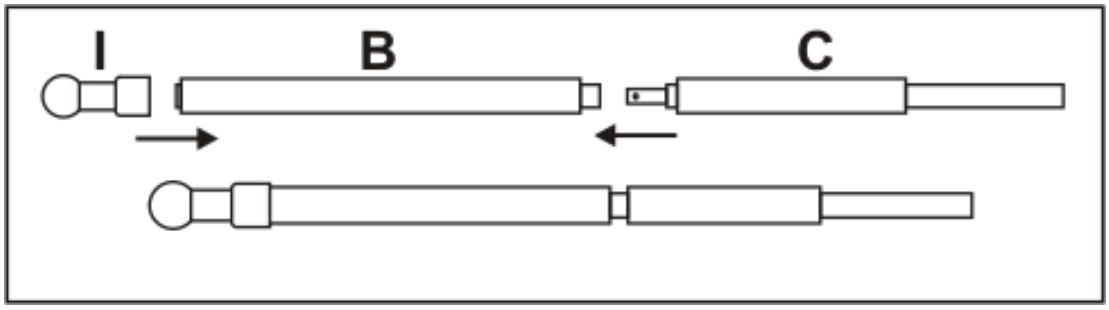
9. Red

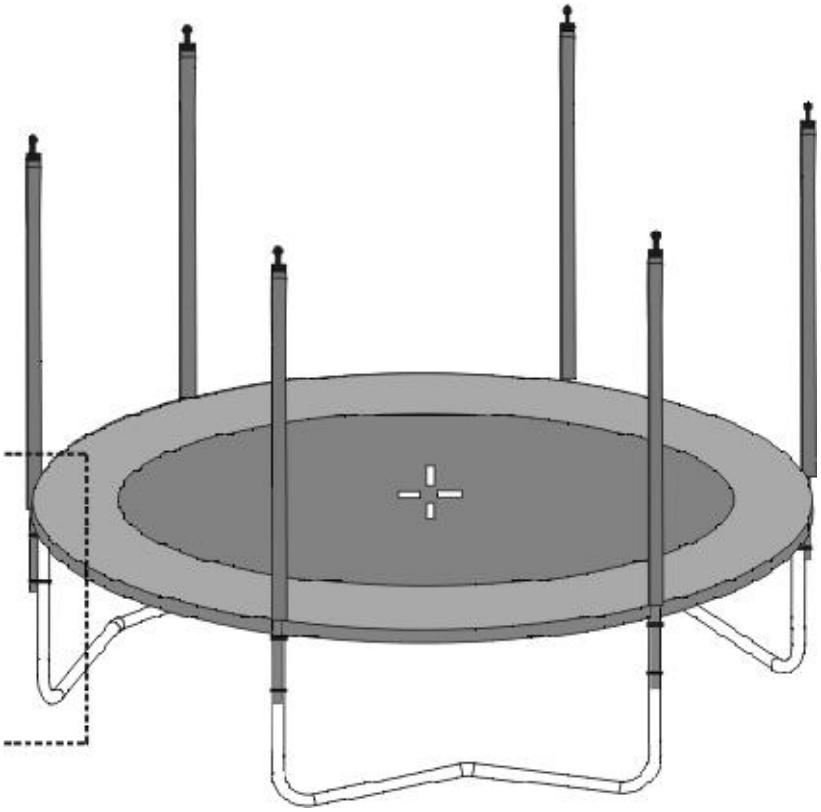


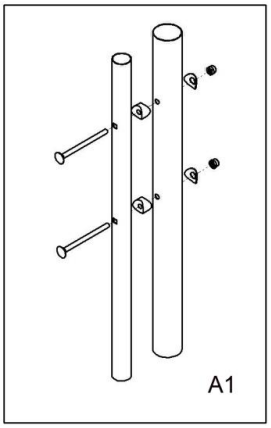
10. Tapón

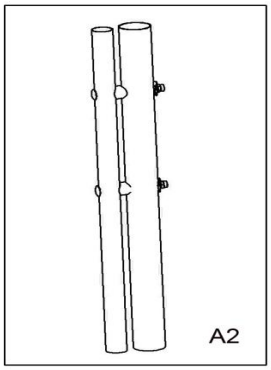
3. MONTAJE DE LOS MONTANTES

1. CONECTAR JUNTOS LOS MONTANTES #1 Y #2 COMO SE MUESTRA EN EL ESQUEMA 1 ASEGURÁNDOSE DE QUE EL MECANISMO DE BLOQUEO SE ACOPLA EN SU SITIO. AÑADIR UNA CAPUCHA EN EL EXTREMO DEL MONTANTE.



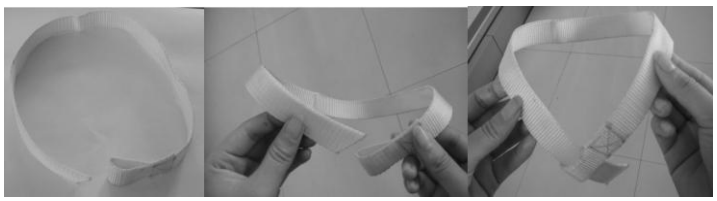


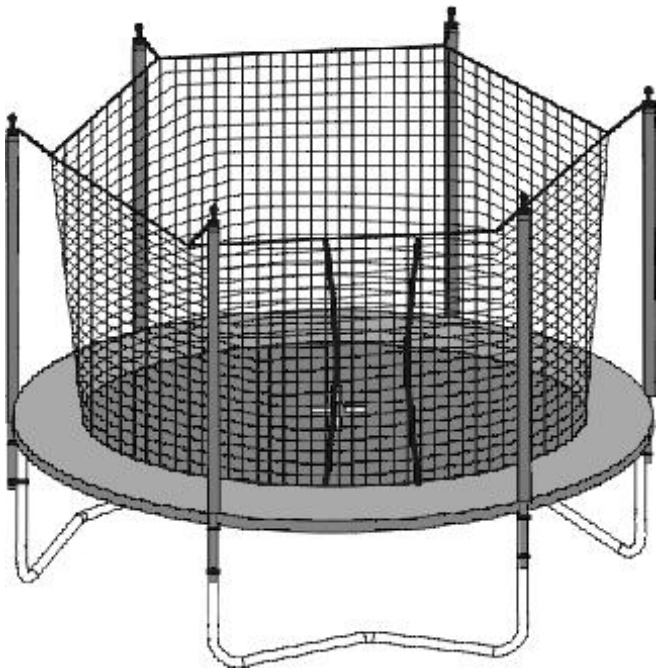


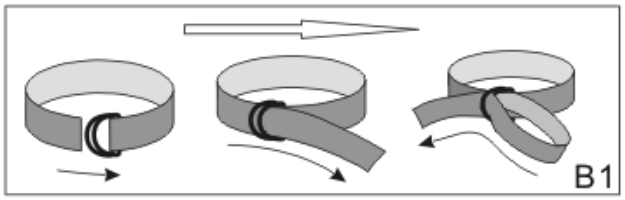


A1：Fijar los tubos del armazón a los pies de la cama elástica con dos tornillos, dos espaciadores y apretar con el set de tornillos (2 tornillos para un tubo).
A2: Atar las correas cosidas a la red para asegurar el equipo.

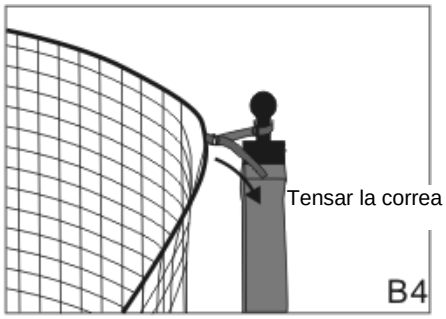
4. MONTAJE DE LA RED



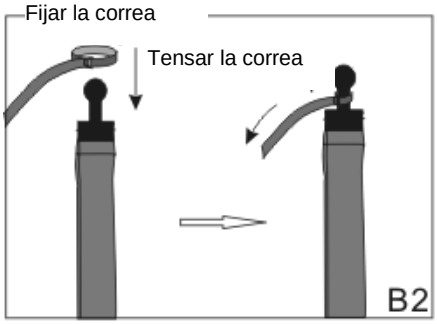


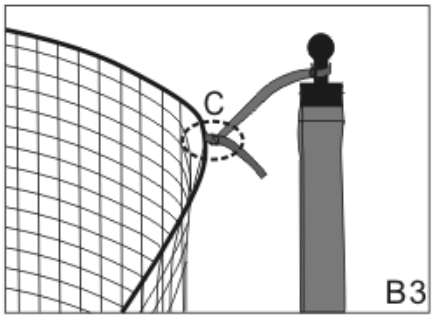


ADVERTENCIA: Para evitar todo riesgo de estrangulamiento o enredo, mantener las cuerdas fuera del alcance de los niños.

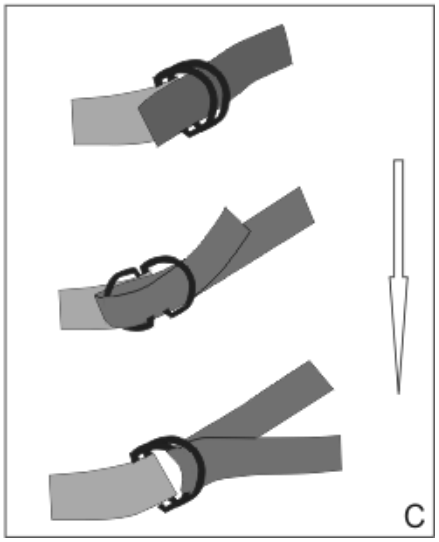


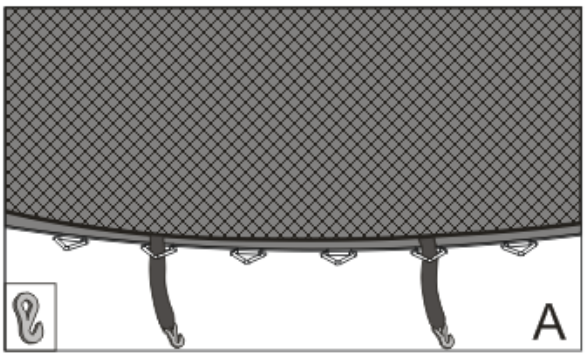
B4: No apretar las correas hasta que todas estén colocadas, y volver a apretarlas ajustando la longitud.

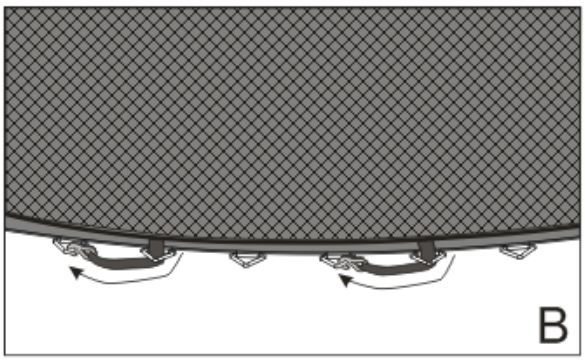




B3: Repetir los pasos B1 y B2 para atar todas las cuerdas.







A. Pasar el gancho elástico a través de la anilla en forma de V de la lona.

B. Después introducir el otro extremo del gancho en la otra anilla en forma de V, como se muestra en los esquemas A y B.

Importante

Para su seguridad, asegúrese de fijar sólidamente la entrada de la red antes de utilizar la cama elástica.

Para desmontar la red, repetir los pasos 1 a 4 en sentido contrario.

6 ⚠ CONSEJOS IMPORTANTESRELATIVOS AL USO

- Durante el primer uso de la cama elástica, los usuarios deben concentrarse en el aprendizaje de las posturas básicas del cuerpo.

- Durante la fase de aprendizaje, los usuarios deben practicar y perfeccionar estas técnicas básicas. El frenado o la práctica de la detención del rebote deben ser realizados en primer lugar y utilizados como medida de seguridad. Los usuarios deben saber detener su salto en cuanto empiezan a perder el equilibrio o a perder el control del salto. Doblar las rodillas al aterrizar para absorber la energía del salto. De esta forma los usuarios pueden detener el salto inmediatamente y evitar toda pérdida de control.

- El mejor salto bien controlado sobre la cama elástica es aquel en el que el usuario cae en el mismo punto donde inició el salto. Este ejercicio puede aprenderse si el usuario lo repite con regularidad. El usuario nunca debe intentar un ejercicio más difícil antes de haber controlado todos los ejercicios aprendidos anteriormente.

- El usuario debe saltar durante un tiempo relativamente corto. Saltar durante demasiado tiempo expone al usuario a un mayor riesgo de heridas. Los periodos más largos de salto reducen también el interés de los demás usuarios, que están esperando su turno para saltar.

- La ropa debe componerse de una camiseta, unos pantalones cortos, zapatillas de gimnasia y calcetines gruesos (o pies descalzos). Los principiantes deben llevar ropa de protección adecuada, como camiseta y pantalón largo, hasta que puedan controlar correctamente sus saltos. De esta forma tendrá los codos y las rodillas protegidos. No utilizar calzado de calle ya que produce un desgaste rápido de la cama elástica.

- Para subir y bajar de la cama elástica, los usuarios principiantes deben seguir una regla estricta: deben colocar siempre una mano sobre el armazón y utilizarlo para subir o bajar, y después ponerse de pie sobre la lona de salto. Nunca se debe subir o bajar de la cama elástica saltando directamente desde o sobre el armazón. Para bajar, los usuarios deben ir hacia el borde exterior de la lona de salto, doblarse hacia delante, y colocar las manos sobre el armazón, entonces podrán bajar. No bajar saltando de la cama elástica hasta el suelo, cualquiera que sea la composición del suelo. Si son niños los que juegan en la cama elástica, ayudarles a subir y bajar de ella.

- Los saltos mortales o volteretas no son aconsejables. Las habilidades del usuario deben adquirirse con saltos normales. La prioridad debe ser el control del salto y no la altura de éste. El usuario no debe saltar solo y sin vigilancia sobre la cama elástica.

- **Seguridad de los niños:** *Para evitar todo riesgo de caída y estrangulamiento, salir únicamente por la puerta y tomar las precauciones necesarias
  *Ayudar a los niños a entrar y salir de la red de seguridad.

7 GUÍA DE EJERCICIOS

SALTOS BÁSICOS

REBOTE DE PIE

1. Empezar en el centro de la lona de salto, **pies separados**, brazos a los lados, y la mirada fija en el extremo de la lona.
2. Levantar los brazos al coger impulso y llevarlos luego cerca del cuerpo, formando un movimiento circular con ellos.

3. Juntar los pies para saltar apuntando los dedos del pie hacia abajo. Mantener los pies y los hombros bien separados para rebotar sobre la lona. Los brazos nunca deben elevarse por encima de los hombros o detrás de la espalda.

REBOTE BOCA ABAJO

1. En primer lugar, adoptar la posición para el rebote sobre manos y rodillas. Empezar a rebotar despacio en esta posición, y estirar las piernas hacia atrás para aterrizar boca abajo llevando el peso a los antebrazos como se muestra en el esquema. Asegúrese de lanzarse **hacia atrás, no se lance hacia delante,** y recupere después la posición inicial sobre manos y rodillas.
2. Lanzándose hacia atrás, con un pequeño rebote, intente aterrizar boca abajo, en el lugar donde se encontraban los pies.

REBOTE DE RODILLAS

1. En primer lugar, ponerse de rodillas en el centro de la lona, **la espalda recta**, la mirada fija en el extremo de la lona.

2. Lanzar los brazos como para el salto de pie y rebotar sobre las rodillas.

3. Recuperar la posición inicial después de un pequeño rebote.

REBOTE SOBRE MANOS Y RODILLAS

1. En primer lugar, adoptar la posición indicada en el esquema, manteniendo la cabeza erguida, la mirada fija en el extremo de la lona.
2. Retomar esta posición después de un pequeño rebote. Mantener las manos cerca de las rodillas como se muestra en el dibujo.

REBOTE SENTADO

1. En primer lugar, sentarse en el centro de la lona, con las piernas separadas y las manos colocadas sobre la lona, ligeramente inclinado hacia delante.
2. Tras un pequeño rebote, recuperar la posición inicial. Para volver sobre los pies, inclinarse hacia delante y apoyarse sobre las manos.

REBOTE DE ESPALDAS

1. Tumbarse de espaldas, separar ligeramente las piernas y elevarlas unos 45º con respecto a la superficie de la cama. Levantar los brazos en el mismo ángulo, levantar la cabeza y fijar la mirada en el extremo de la cama elástica. Esta es la posición de aterrizaje.
2. Realizar un pequeño rebote sin perder de vista la barra del extremo de la cama elástica. El peso debe estar más centrado en los hombros que en las caderas.

PIERNAS FLEXIONADAS

Este rebote se realiza como el salto de pie, pero **arriba del salto,** llevar las rodillas hacia el pecho y cogerlas con los brazos. Soltar después las piernas para caer de pie.

CUERPO EXTENDIDO

Este rebote se realiza como el salto de pie, pero **arriba del salto,** extender el cuerpo arqueando la espalda y mirando momentáneamente hacia el cielo.

GIRO

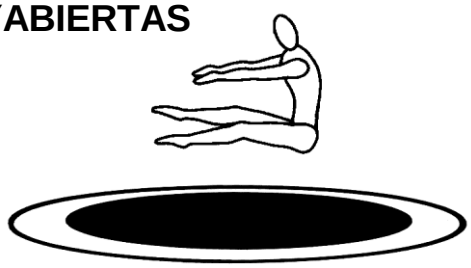
MEDIO GIRO:
Este rebote se realiza como el salto de pie, pero **arriba del salto**, girar rápidamente la cabeza buscando con la mirada el lado opuesto de la cama elástica. Rebotar de pie.

GIRO COMPLETO:
Como el anterior pero seguir girando el cuerpo hasta que se darle totalmente la vuelta. Mantener la mirada en el borde de la cama cuando se termina el giro.

PIERNAS EXTENDIDAS

Este rebote se realiza como el salto de pie, pero **arriba del salto,** mantener las rodillas juntas y apuntar hacia delante con la punta de los dedos, extender las piernas como se muestra y caer de pie.

PIERNAS EXTENDIDAS YABIERTAS



Este rebote se realiza como el de las piernas extendidas, pero separando las piernas tanto como sea posible.
Intente tocarse los dedos de los pies.

8 MANTENIMIENTO

Esta cama elástica ha sido diseñada y fabricada con materiales de primera calidad una mano de obra profesional. Si se proporcionan el mantenimiento y cuidados apropiados, esta cama elástica ofrecerá a todos los usuarios años de ejercicio, de placer y de ocio, reduciendo los riesgos de lesiones. Por favor, siga las siguientes pautas:

Esta cama elástica ha sido diseñada para resistir cierto peso y un determinado uso. Asegúrese de que una sola persona a la vez utiliza la cama elástica. El usuario no debe sobrepasar el peso límite indicado sobre el producto. Los usuarios deben llevar calcetines, zapatillas de gimnasia o estar descalzos para utilizar la cama elástica.
Tenga en cuenta que el calzado de calle, o los deportivos NO deben ser usados en la cama elástica. Para evitar que la lona se corte o se dañe, no permita que ningún animal doméstico suba a la cama. Los objetos punzantes o cortantes deben mantenerse fuera de la cama elástica.

Inspeccione siempre la cama elástica antes de cada uso para comprobar que no faltan piezas, o que no existen piezas desgastadas o dañadas. Esto es especialmente importante al inicio de la temporada.
Compruebe siempre:

- Perforaciones, agujeros o desgaste de la lona de la cama elástica
- Hundimiento de la lona de la cama elástica
- Costuras sueltas o cualquier otro deterioro de la lona.
- Piezas del soporto dobladas o rotas, como por ejemplo los pies.
- Muelles que faltan, o muelles rotos o dañados
- Ausencia del borde de protección del armazón o éste no está correctamente atado.
- Protuberancias de cualquier tipo (sobre todo punzantes) sobre el armazón, los muelles o la lona.
- Ajuste de los tornillos y tuercas de la cama elástica.

EN CASO DE DETECTARSE CUALQUIERA DE LAS CONDICIONES DESCRITAS ANTERIORMENTE O CUALQUIER OTRO ELEMENTO SUSCEPTIBLE DE PRODUCIR LESIONES, LA CAMA ELÁSTICA DEBE DESMONTARSE O BIEN DEBE PROHIBIRSE SU USO HASTA QUE LOS DAÑOS OBSERVADOS SEAN REPARADOS.

Para realizar cualquier tipo de reparación, póngase en contacto con su distribuidor autorizado en la siguiente dirección:

Contacto con el fabricante : info@kangui.com

Si se produjesen daños antes de la fecha de expiración de la garantía, le rogamos incluya el justificante de compra.

9 ALMACENAMIENTO Y TRASLADO DE LA CAMA ELÁSTICA

- **¡ATENCIÓN!** Durante el montaje y almacenaje de la cama elástica, procure no lesionarse con las herramientas y los muelles que están con gran tensión y pueden ceder bruscamente. Le recomendamos que los sujete con firmeza y que utilice guantes de protección para evitar los pellizcos.
- Antes de guardar la cama elástica, asegúrese de que está totalmente seca.
- Guarde después la cama elástica en su embalaje original, procurando proteger la lona de salto. No presione el borde de protección con la estructura metálica, esto podría dañar la espuma o romper el revestimiento de PVC.
- NOTA: Le recomendamos que almacene la cama elástica en un lugar seco y protegido de los roedores.
- Si tiene que trasladar la cama elástica, recomendamos guardar primero esta última en su embalaje original. Procure conservar todos los tornillos y tuercas necesarias para la fijación correcta de la cama elástica.
- Son necesarios al menos dos adultos para llevar la caja de embalaje sin riesgo de lesiones.
- **¡ATENCIÓN!** No llevar la caja por las correas de refuerzo. Se debe llevar la caja sujetándola por la parte inferior.

10 LIMPIEZA

No utilice productos abrasivos para limpiar la cama elástica. Utilice un paño suave y húmedo para eliminar la suciedad y el polvo.

11 CONSEJOS PARA LA ELIMINACIÓN DEL PRODUCTO

Embalaje:
Este producto se entrega con un embalaje con el fin de protegerle contra los daños durante el transporte. Los materiales de embalaje están compuestos de materias sin procesar, que son reciclables. Le rogamos que deseche estos materiales en función de sus características.

Si desea deshacerse del producto, elimínelo siguiendo las reglas de reciclaje. Póngase en contacto con las autoridades municipales para obtener más información.